



Departemen Kesehatan
Republik Indonesia

306.874 3
Ind
p

PEGANGAN FASILITATOR KELAS IBU BALITA



DEPARTEMEN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
TAHUN 2009



Departemen Kesehatan
Republik Indonesia

306.874 3
Ind
p

PEGANGAN FASILITATOR KELAS IBU BALITA



DEPARTEMEN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
TAHUN 2009

Departemen Kesehatan RI : Katalog Dalam Terbitan (KDT)

306.874 3 Indonesia, Departemen Kesehatan RI. Direktorat Jenderal Bina
Ind Kesehatan Masyarakat
p Pegangan fasilitator kelas ibu hamil - balita.-- Jakarta:
 Departemen Kesehatan RI. 2009

1. Judul 2. . MOTHER AND CHILD RELATION
3. HEALTH MANPOWER 4. JICA

Ensuring MCH Services with the MCH Handbook Project, Phase II
Cetak Tahun 2009



Departemen Kesehatan
Republik Indonesia



Japan International Cooperation Agency

Daftar Isi

Hal

Modul **A** anak umur 0-1 tahun

- Modul A1 : Pemberian ASI 03
- Modul A2 : Pemberian Imunisasi 10
- Modul A3 : Pemberian MP-ASI usia 6-12 bulan 15
- Modul A4 : Tumbuh Kembang Bayi 20
- Modul A5 : Penyakit Terbanyak pada Bayi 27

Modul **B** anak umur 1-2 tahun

- Modul B1 : Perawatan Gigi Anak 35
- Modul B2 : Pemberian MP-ASI 38
- Modul B3 : Tumbuh Kembang Anak 43
- Modul B4 : Penyakit Pada Anak 51
- Modul B5 : Permainan Anak 57

Modul **C** anak umur 2-5 tahun

- Modul C1 : Tumbuh Kembang Anak 63
- Modul C2 : Pencegahan Kecelakaan 69
- Modul C3 : Gizi Seimbang 72
- Modul C4 : Penyakit Pada Anak 76
- Modul C5 : Obat Pertolongan Pertama 82
- Modul C6 : Perilaku Hidup Bersih dan Sehat 84

Penutup

MODUL



**LESSON PLAN KELAS IBU DAN BALITA
UNTUK IBU BAYI 0 – 1 TAHUN**

MODUL A.1

Pemberian ASI

1. TOPIK DAN ISI

Topik: Pemberian ASI

- Isi:**
- ♦ Manfaat Menyusui dan ASI Eksklusif
 - ♦ Memperhatikan bayinya (kontak mata bayi, perawatan payudara, meningkatkan produksi ASI)
 - ♦ Debat ASI vs susu formula (baik dan buruk)

2. TUJUAN UMUM, KHUSUS DAN MATERIAL

Tujuan Umum: Pengetahuan dan kesadaran ibu tentang manfaat ASI meningkat

- Tujuan Khusus:**
1. Ibu dapat menyebutkan manfaat menyusui dan ASI
 2. Ibu dapat menyebutkan cara menyusui yang baik;
 3. Ibu dapat menyebutkan sisi baik-buruk ASI dan susu formula;
 4. Ibu dapat mempraktekkan cara-cara perawatan payudara dan meningkatkan produksi ASI;
 5. Ibu dapat mempraktekan cara-cara memperhatikan bayi.

Material: Flip Chart/lembar balik, Buku KIA, model payudara, boneka bayi, kertas plano, spidol, lembaran pre-test dan post-test.

3. PROSEDUR/METODE

- Pendahuluan:**
- ♦ Pengantar dari fasilitator
 - ♦ Fasilitator membagikan lembaran pre-test;
 - ♦ Ibu peserta memberikan jawaban di lembaran pre test

- Pengembangan:**
- ♦ Diskusi interaktif. Ibu-ibu peserta menceritakan
 - pengalaman menyusui: kemudahan dan kesulitan.
 - cara menyusui
 - perawatan payudara
 - memperhatikan bayi (menyentuh, membelai dan mengajak bayi berkomunikasi)
 - ♦ Fasilitator mengajak peserta membuka Buku KIA dan melihat bagian Pemberian ASI
 - ♦ Fasilitator memberikan komentar dan menjelaskan bagaimana merawat payudara sebelum dan sesudah melahirkan, puting tenggelam, kalau terjadi luka, payudara membengkak, hubungan produksi ASI dengan pemberian susu formula kepada bayi.

Praktek: Praktek Cara menyusui bayi yang benar

Pemeriksaan untuk Pengertian: Fasilitator memandu diskusi tentang ASI vs Susu formula

Penutup: Fasilitator menutup pertemuan dengan tepuk tangan

4. EVALUASI

Evaluasi: Ibu peserta mengisi lembaran post-test.

Bahan Bacaan Modul A.1: Pemberian ASI

a. Manfaat ASI

Manfaat dan Keuntungan ASI bagi bayi:

- Nutrien (zat gizi) sesuai untuk bayi
- Mengandung zat protektif (anti bodi)
- Mempunyai efek psikologis yang menguntungkan
- Mudah dicerna
- Pertumbuhan yang baik
- Mengurangi kejadian gigi berlobang



Manfaat menyusui bagi ibu:

1. Aspek Kesehatan Ibu

- Membantu involusi uterus
- Mencegah terjadinya pendarahan pasca persalinan
- Mengurangi prevalensi anemia defisiensi besi

2. Aspek KB

- Menjarangkan kehamilan
- Hormon yang mempertahankan laktasi bekerja menekan hormon untuk ovulasi

3. Aspek Psikologis

- Ibu merasa bangga dan diperlukan, rasa yang dibutuhkan oleh semua manusia.
- Menimbulkan rasa kasih sayang

4. Aspek Ekonomis

Biaya lebih murah dibandingkan pemberian asupan buatan

Kerugian Menggunakan Susu Formula?

- Zat gizi tidak sempurna ASI
- Tidak mengandung zat protektif (antibody)
- Mudah menimbulkan alergi
- Mudah menimbulkan karies gigi
- Mudah menyebabkan letak gigi tidak baik
- Kurang menimbulkan rasa kasih sayang
- Merepotkan dan mahal.

b. Kontra Indikasi Menyusui

- Menderita *Galactosemia*
- Ibu kanker *Mammae*
- Ibu sedang menjalani radio terapi *mammae*
- Mengonsumsi obat *Psycotropic*
- Konsultasi dengan tenaga kesehatan atau dokter jika ibu menderita HIV-AIDS

c. Bagaimana agar ASI Banyak Setelah Melahirkan?

- Bayi disusukan oleh ibunya
- Merawat bayi bersama ibunya
- Jangan memberikan makanan selain ASI
- Susukan bayi sesering mungkin
- Jangan memberikan kompeng atau dot
- Mengikuti kegiatan kelompok pendukung ASI
- Ibu yakin bahwa ASI yang terbaik bagi bayi

d. Langkah-langkah Menyusui yang Benar

- Sebelum menyusui ASI dikeluarkan sedikit, dioleskan pada puting susu dan areola sekitarnya.
- Bayi diletakkan menghadap perut ibu/payudara
- Ibu duduk/berbaring santai, bila duduk lebih baik menggunakan kursi rendah agar kaki ibu tidak tergantung dan punggung ibu bersandar pada sandaran kursi
- Bayi dipegang dengan satu lengan, kepala bayi terletak pada lengkung siku ibu dan bokong bayi ditahan pada telapak tangan.
- Kepala bayi tidak boleh tertengadah dan bokong bayi tertahan pada telapak tangan ibu
- Satu tangan bayi diletakkan di belakang badan ibu
- Perut bayi menempel badan ibu, kepala bayi menghadap payudara, jangan hanya kepala bayi yang dibelokkan

- Telinga dan badan bayi terletak pada satu garis lurus
- Ibu menatap bayi dengan kasih sayang
 - Payudara dipegang dengan ibu jari di atas dan jari yang lain menopang di bawah, jangan menekan puting susu atau areolanya saja
 - Bayi diberi rangsangan untuk membuka mulut dengan cara :
- Menyentuh pipi bayi dengan puting susu
- Menyentuh sisi mulut bayi
 - Setelah bayi membuka mulut dengan cepat kepala bayi didekatkan ke payudara ibu dengan puting susu dan areola dimasukkan ke mulut bayi
- Usahakan sebagian besar areola dapat masuk ke dalam mulut bayi sehingga puting susu berada di bawah langit-langit dan lidah bayi akan menekan ASI ke luar.
- Setelah bayi mulai menghisap payudara tak perlu dipegang atau disanggah lagi

e. Cara Mengamati Teknik Menyusui yang Benar

- Bayi cukup tenang
- Mulut bayi terbuka lebar
- Bayi menempel betul pada perut ibu
- Mulut dan dagu bayi menempel pada payudara ibu
- Sebagian besar areola di mulut bayi. Areola bagian bawah lebih banyak masuk ke mulut
- Bayi menghisap kuat dengan irama perlahan
- Puting susu tidak terasa nyeri
- Telinga dan lengan bayi berada pada satu garis lurus

f. Cara Melepaskan Isapan Bayi

Masukan jari kelingking ke mulut bayi dari sudut mulut atau tekan dagu bayi ke bawah

g. Lama dan Frekwensi Menyusui

- Menyusui tidak terjadwal
- Kedua payudara ditetekan segera bergantian.
- Lama menyusui tergantung bayi
- Usahakan setiap menyusui sampai payudara kosong dan pindah ke payudara sebelahnya

h. Cara Menyendawakan Bayi

- Gendong bayi dengan posisi tegak.
- Sandarkan pada pundak ibu.
- Manfaat menyendawakan bayi: mengeluarkan udara yang terisap pada waktu menyusui

i. Cara Mengeluarkan ASI:

- Dengan tangan
- Dengan Pompa

j. Cara Menyimpan ASI:

- Di udara terbuka: 6-8 jam
- Di lemari Es : 24 jam, suhu 4⁰ C
- Di lemari pendingin -18⁰ c: 6 bulan

Keterangan: ASI yang telah didinginkan tidak boleh direbus, cukup didiamkan beberapa saat dalam suhu kamar atau rendam dalam wadah berisi air panas.

k. Perawatan Payudara

Bagaimana merawat payudara?

Petunjuk berikut ini dapat membantu perawatan payudara dan puting anda:

- Jika pada waktu menyusui pertama kali puting terasa agak perih, itu hal biasa. Tetapi apabila rasa perih berlanjut, atau sampai pecah-pecah, sebaiknya segera periksakan ke dokter.
- Jika payudara membesar karena terlalu banyak air susu sekali-sekali peraslah dengan tangan. Dengan demikian peregangan kulit berkurang sehingga air susu mengalir lancar.
- Supaya tidak kering, sebaiknya puting tidak disabuni pada waktu mandi. Cukup disiram dan dibersihkan dengan air.
- Keringkan puting dengan hati-hati sehabis menyusui. Alas bra anda dengan kain bersih yang menyerap rembesan air susu. Ganti kain pengalas tersebut bila sudah lembab.

Bagaimana penanganan payudara bengkak?

<i>Jika bayi mampu mengisap:</i>	Susui bayi sesering mungkin, bantu dengan posisi yang benar
<i>Jika bayi tak mampu mengisap:</i>	Perah ASI dengan tangan atau pompa
<i>Sebelum menyusui untuk merangsang refleks oksitosin;</i>	♦ Kompres hangat atau mandi air hangat ♦ Pijat tengkuk dan punggung ♦ Pijatan ringan pada payudara ♦ Bantu ibu untuk relaks
<i>Setelah menyusui untuk mengurangi edema:</i>	Kompres dingin pada payudara

Bagaimana menangani puting yang lecet?

Carilah penyebabnya:

- ♦ Periksa pelekatan mulut bayi dengan putting susu
- ♦ Periksa payudara - bengkak, puting melekah, *Candida*
- ♦ Periksa bayi, apakah ada *Candida*, tali lidah pendek

Berikan penanganan yang tepat:

- ♦ Bangun rasa percaya diri ibu.
- ♦ Perbaiki pelekatan dan teruskan menyusui.
- ♦ Sarankan sering menyusui dan perah ASI.
- ♦ Obati *Candida* apabila kulit merah, berkilat dan bersisik; apabila gatal atau nyeri; atau jika nyeri berlanjut.

Anjurkan ibu untuk

- ♦ Mencuci payudara sekali sehari saja, jangan memakai sabun
- ♦ Mengoleskan ASI akhir pada areola dan puting tiap selesai menyusui.

Pre Test

Post Test

ANGKET KELAS IBU – BALITA Pemberian ASI

1. Dengan memberikan ASI bayi merasakan kasih sayang, terlindungi, aman dan tenteram karena sering berada dalam dekapan ibunya. ☐ Benar ☐ Salah
2. ASI meningkatkan daya tahan tubuh karena mengandung berbagai zat antibody sehingga anak akan lebih jarang sakit. ☐ Benar ☐ Salah
3. ASI Melindungi anak dari serangan alergi. ☐ Benar ☐ Salah
4. ASI Meningkatkan daya penglihatan dan kepandaian bicara anak. ☐ Benar ☐ Salah
5. Dengan memberikan ASI dapat mengurangi pendarahan setelah melahirkan. ☐ Benar ☐ Salah
6. Dengan memberikan ASI dapat menjarangkan kehamilan, mengecilkan rahim, dan mengurangi kemungkinan menderita kanker. ☐ Benar ☐ Salah
7. ASI lebih ekonomis dan murah, tidak merepotkan dan hemat waktu ☐ Benar ☐ Salah
8. Jika payudara membesar karena terlalu banyak air susu sekali-sekali peraslah dengan tangan. Dengan demikian peregang kulit berkurang sehingga air susu mengalir lancar. ☐ Benar ☐ Salah
9. Supaya tidak kering, sebaiknya putting tidak disabuni pada waktu mandi. Cukup disiram dan dibersihkan dengan air. ☐ Benar ☐ Salah

MODUL A.2.

Pemberian Imunisasi

1. TOPIK DAN ISI

Topik: Pemberian Imunisasi

- Isi:**
- ♦ Jenis dan Manfaat imunisasi
 - ♦ Tatacara pemberian imunisasi

2. TUJUAN UMUM, KHUSUS DAN MATERIAL

Tujuan Umum: Meningkatkan pengetahuan ibu tentang imunisasi

- Tujuan Khusus:**
1. Ibu dapat menyebutkan jenis dan manfaat imunisasi bagi anak
 2. Ibu dapat menyebutkan contoh penyakit yang diderita anak karena tidak diberi imunisasi
 3. Ibu dapat menyebutkan tatacara pemberian imunisasi

Material: Flip Chart, kertas plano, spidol, lembaran pre-test dan post-test.

3. PROSEDUR/METODE

Pendahuluan: Pengantar dari fasilitator: fasilitator menjelaskan topik bahasan dan Tujuan Umum.

- ♦ Fasilitator membagikan lembaran pre-test;

Ibu peserta memberikan jawaban di lembaran pre test.

- Pengembangan:**
1. Ibu peserta menceritakan pengalaman memberikan imunisasi kepada anak.
 2. Fasilitator mengajak membuka Buku KIA bagian Imunisasi
 3. Fasilitator membangun kesimpulan dari pengalaman ibu peserta berangkat dari pengalaman positif.
 4. Fasilitator menjelaskan jenis dan manfaat imunisasi

Praktek: Fasilitator menuliskan di kertas plano urutan-urutan imunisasi secara acak:

1 bulan	Polio-0
2 bulan	Hepatitis B-2
6 bulan	BCG
9 bulan	DTP-1
2 tahun	Hepatitis B-1
0-2 bulan	Polio-1
10 tahun	DTP-2
4 bulan	Polio-3
15-18 bulan	Hepatitis B-4
5 tahun	Polio-4
18 bulan	DTP-3
2-3 tahun	Hb-3
Saat lahir	Polio-2
6 tahun.	Hepatitis B-3
	Campak-1
	DTP-4
	DTP-5
	Polio-5

Ibu peserta bergantian mencari pasangan kata di bagian kiri dan kanan.

Setelah peserta berusaha mencari pasangan kata, fasilitator memberikan jawaban yang benar.

Pemeriksaan untuk Pengertian: Fasilitator menanyakan kepada ibu peserta latihan tentang apa yang belum mereka ketahui.

Penutup: Fasilitator menutup pertemuan dengan tepuk tangan.

4. EVALUASI

Evaluasi: Mengisi lembaran evaluasi.

Lembaran Isian

1. 1 bulan	a. Polio-0
2. 2 bulan	b. Hepatitis B-2
3. 6 bulan	c. BCG
4. 9 bulan	d. DTP-1
5. 2 tahun	e. Hepatitis B-1
6. 0-2 bulan	f. Polio-1
7. 10 tahun	g. DTP-2
8. 4 bulan	h. Polio-3
9. 15-18 bulan	i. Hepatitis B-4
10. 5 tahun	j. Polio-4
11. 18 bulan	k. DTP-3
12. 2-3 tahun	l. Hb-3
13. Saat lahir	m. Polio-2
14. 6 tahun.	n. Hepatitis B-3
	o. Campak-1
	p. DTP-4
	q. DTP-5
	r. Polio-5

Bahan Bacaan Modul A.2: Pemberian Imunisasi

Apakah imunisasi itu?

Adalah pemberian vaksin dengan tujuan agar dapat terlindung dari penyakit infeksi yakni Penyakit - Penyakit yang Dapat Dicegah Dengan Imunisasi (PD3I).

Manfaat penting dari imunisasi adalah menurunkan angka kesakitan dan kematian bayi dan anak akibat PD3I.

Penyakit apa yang dapat dicegah dengan imunisasi?

Dahulu Cacar → sekarang dunia, termasuk Indonesia sudah bebas dari penyakit cacar sebagai akibat keberhasilan program imunisasi. Pada saat ini terdapat 7 penyakit yang dapat dicegah:

1. TBC anak
2. Difteri
3. Tetanus
4. Pertusis/batuk rejan
5. Polio
6. Campak
7. Hepatitis B

Cara pemberian imunisasi yang baik:

Segara setelah lahir bayi diberi imunisasi : BCG, polio dan hepatitis B, selanjutnya :

1. Imunisasi polio: diberikan 4 kali dengan jarak minimal 1 bulan.
2. Imunisasi hepatitis B: diberikan 3 kali dengan jarak waktu minimal 1 bulan.
3. Imunisasi DPT (Difteria, Pertusis dan Tetanus): diberikan 3 kali dengan jarak waktu minimal 1 bulan, mulai usia 2 bulan
4. Imunisasi campak: diberikan pada umur 9 s/d 11 bulan 1 kali.

Tali pusat bayi dipotong dengan alat yang steril dan dirawat secara steril tanpa menggunakan ramuan.

Wanita Usia Subur mendapat imunisasi TT sebanyak 5 dosis ditandai dengan kartu TT seumur hidup (Kartu TT *life long card*) dengan baik. Jika Wanita Usia Subur tidak mendapat imunisasi TT sesuai jadwal, ketika ia hamil harus mendapatkan imunisasi tersebut.

Jadwal Imunisasi

Umur	Jenis Imunisasi
0 bulan	HB 1
1 bulan	BCG, Polio 1
2 bulan	DPT-HB 1, Polio 2
3 bulan	DPT-HB 2, Polio 3
4 bulan	DPT-HB 3, Polio 4
9 bulan	Campak

ANGKET KELAS IBU – BALITA

Pemberian Imunisasi

1. Imunisasi adalah salah satu yang terpenting dari bagian tanggung jawab anda sebagai orang tua ☐ Benar ☐ Salah
2. Memberikan suntikan imunisasi pada bayi anda tepat pada waktunya adalah faktor yang sangat penting untuk kesehatan bayi anda. ☐ Benar ☐ Salah
3. Imunisasi (atau “vaksinasi”) diberikan mulai dari lahir sampai awal masa kanak-kanak. ☐ Benar ☐ Salah
4. HB-1 harus diberikan dalam waktu 12 jam setelah lahir, dilanjutkan pada umur 1 dan 6 bulan. ☐ Benar ☐ Salah
5. BCG dapat diberikan sejak lahir. ☐ Benar ☐ Salah
6. Polio-0 diberikan saat kunjungan pertama. ☐ Benar ☐ Salah
7. Polio-2 diberikan bersamaan dengan DTP-2 ☐ Benar ☐ Salah
8. Hib-1 diberikan mulai umur 2 bulan dengan interval 2 bulan. ☐ Benar ☐ Salah
9. Jangka waktu HB-1 dan HB-2 adalah 1 bulan. ☐ Benar ☐ Salah

MODUL A.3.

Pemberian MP ASI Usia 6 -12 bulan

1. TOPIK DAN ISI

Topik: Pemberian MP ASI

- Isi:**
- MP-ASI
 - Cuci tangan
 - Demo / praktek masak-memasak mancoba MP- ASI
-

2. TUJUAN UMUM, KHUSUS DAN MATERIAL

Tujuan Umum: Ibu balita meningkat pengetahuannya tentang makanan pendamping ASI dan cara membuatnya untuk bayi umur 6 – 12 bulan

- Tujuan Khusus:**
- Peserta tahu alasan pemberian MP-ASI pada umur 6 bulan
 - Peserta dapat menyebutkan jenis MP-ASI
 - Peserta mampu menyebutkan fungsi mencuci tangan dalam menyediakan makanan bayi
 - Peserta mampu menyebutkan jenis dan cara mengolah Makanan Pendamping ASI

Material: Flip Chart/lembar balik, bahan baku MP-ASI
Buku KIA, alat cuci tangan

3. PROSEDUR/METODE

Pendahuluan Pengantar dari fasilitator
Fasilitator mengajak peserta mengisi lembaran pre-test

- Pengembangan:** Diskusi interaktif serta memegang bahan baku yang telah tersedia
- Peserta ditanya pengalaman kapan sebaiknya memberikan MP-ASI kepada bayi
 - Mendiskusikan waktu yang tepat setelah bayi berumur 6 bulan serta alasannya dari sudut pandang kesehatan
 - Peserta menyebutkan kandungan gizi sesuai pengetahuannya
 - Peserta lain menambahkan kalau ada yang mereka ketahui diluar yang disebutkan temannya
 - Fasilitator menambahkan dan memfasilitasi terbangunnya kesimpulan
 - Fasilitator menanyakan pengalaman peserta dalam menghadirkan MP-ASI bagi bayi mereka
 - Bagaimana mereka memperhatikan kebersihan termasuk mencuci tangan
 - Fasilitator meminta salah satu peserta mempraktekkan cara mencuci tangan yang benar

Praktek: Mengolah makanan secara bersama-sama
Kalau waktunya tidak cukup tidak perlu sampai selesai

Pemeriksaan untuk Mengapa harus ada MP-ASI ?

Pengertian: Kapan MP-ASI sebaiknya diberikan?

Penutup: Fasilitator Menutup pertemuan dengan memberikan tepuk tangan buat semua

4. EVALUASI

Evaluasi: Mengevaluasi secara bersama dengan meminta masukan semua peserta
Peserta diminta mengisi lembaran post-test

Bahan Bacaan Modul A.3

MP-ASI untuk Bayi

Agar pertumbuhan bayi sesuai dengan umur, WHO/UNICEF merekomendasikan empat hal penting yang harus dilakukan yaitu : pertama memberikan air susu ibu kepada bayi segera setelah lahir. Kedua memberikan ASI saja (ASI eksklusif) sejak bayi lahir sampai usia 6 bulan. Ketiga memberikan makanan pendamping ASI (MP-ASI) sejak usia 6 bulan sampai 24 bulan. Keempat meneruskan memberikan ASI sampai usia 24 bulan atau lebih. Rekomendasi tersebut menekankan, secara sosial budaya MP-ASI hendaknya dibuat dari bahan pangan yang murah dan mudah diperoleh di daerah setempat (*indigenous food*).

Waktu pemberian MP-ASI kepada bayi adalah setelah bayi berumur 6 bulan, karena sebelum umur 6 bulan pencernaan bayi belum kuat untuk mencerna makanan selain Air Susu Ibu. Kalau dipaksakan memberikan makanan tambahan akan mengganggu pencernaan. Usia bayi 0-6 bulan pencernaan bayi cocok untuk mengkonsumsi ASI saja. Untuk itu perlu diberikan asupan gizi seimbang kepada ibu agar air susu keluar dengan lancar.

Makanan pendamping ASI terdiri dari dua jenis, pertama MP-ASI yang siap saji atau yang diproduksi pabrik, kedua MP-ASI yang dibuat sendiri. MP-ASI yang dibuat pabrik harganya lebih mahal, karena biaya kemasannya cukup mahal, sedangkan MP-ASI yang dibuat sendiri harganya akan lebih murah dan diketahui persis bahan bakunya. Biaya MP-ASI buatan sendiri akan lebih murah bila sebagian bahannya ditanam sendiri di pekarangan atau di kebun.

Makanan yang diberikan sebaiknya atas dasar kandungan gizi, bukan hanya memenuhi rasa kenyang bagi bayi. Makanan pendamping ASI yang bisa antara lain : bubur kacang hijau, pisang, biskuit, nagasari dan lain sebagainya. Beri buah-buahan seperti Air Jeruk manis, Air Tomat Saring. Makanan pendamping ASI untuk bayi 6-9 bulan adalah dalam bentuk lumat, mulai dari bubur susu sampai pada nasi tim lumat. Bila berumur 9 -12 bulan dapat diberikan bubur sampai nasi tim.

Selain memperhatikan kandungan gizi dan waktu pemberian, juga yang tak kalah penting diperhatikan adalah cara penyajiannya. Makanan disajikan secara bersih, selain bersih bahan juga mesti dibersihkan tangan sebelum membuat dan menyajikan makanan untuk bayi.

Waktu yang dianjurkan mencuci tangan :

- ♦ Sebelum dan sesudah makan
- ♦ Sebelum dan sesudah membersihkan bayi
- ♦ Sesudah buang air kecil dan besar
- ♦ Sebelum dan sesudah mempersiapkan makanan bayi

Cara mencuci tangan

Mencuci tangan di bawah air mengalir dengan memakai sabun selama 10-15 detik

Keringkan tangan dengan handuk atau waslap yang bersih

Cara Pembuatan Makanan Pendamping ASI untuk Bayi 6-12 Bulan:

Air jeruk

- B a h a n : 1 buah jeruk garut atau jeruk siam, $\pm$ (100 gr).
- Cara membuat : Jeruk dicuci bersih dan dipotong melintang lalu diperas dan disaring.
- Cara pemberian : Untuk pertama kali air jeruk tersebut diencerkan dengan air putih masak dengan perbandingan 1 : 1 dan diberikan sebanyak 1 sendok teh. Pemberian ini ditambah dari hari ke hari sampai dapat menghabiskan 1 buah jeruk, maka selanjutnya tidak perlu diencerkan lagi. Bila rasanya asam, dapat ditambah gula dalam bentuk sirup secukupnya.

Air tomat

- B a h a n : 1 buah tomat ($\pm$ 60 gr)
- Cara membuat : Tomat dicuci bersih masukkan ke dalam panci yang berisi air panas lalu panci ditutup dan biarkan 3 – 5 menit angkat tomat dari air panas, kupas kulit arinya lalu disaring. Air tomat yang didapat $\pm$ 6 sdm (50 cc)
- Cara pemberian : Untuk pertama kali air tomat diencerkan dengan air putih masak dengan perbandingan 1 : 1 dan diberikan sebanyak 1 sendok teh. Pemberian ini dari hari ke hari ditambah sampai dapat menghabiskan 1 buah tomat, maka selanjutnya tidak usah diencerkan lagi. Bila rasanya asam, dapat ditambah gula dalam bentuk sirup secukupnya.

Pepaya saring

- B a h a n : 1 potong pepaya masak dengan berat $\pm$ 100 gr
- Cara membuat : Pepaya dicuci bersih dan dikupas, buang biji dan bagian yang keras, pepaya dipotong-potong atau dihaluskan lalu disaring. Pepaya halus yang didapat $\pm$ 9 sdm.
- Cara pemberian : Untuk pertama kali diberikan 1 sendok teh, hari-hari selanjutnya ditambah sampai dapat menghabiskan 1 potong pepaya.

Pisang ambon

- B a h a n : 1 buah pisang ambon.
- Cara membuat : Pisang dicuci bersih lalu dikupas.
Pisang dikerik halus dan dimasukkan ke dalam cangkir.
Pisang yang telah dikerik sebaiknya dicampur dengan air jeruk/air tomat.
- Cara pemberian : Untuk pertama kali diberikan sebanyak 1 sendok the. Hari-hari selanjutnya ditambah sehingga dapat menghabiskan 1 atau 2 pisang.

Bubur susu

- B a h a n** : 150 cc susu (3/4 gelas)
50 cc air putih (1/4 gelas)
10 gr gula putih (1 sendok makan)
20 gr tepung beras (2 sendok makan)
garam sedikit, menurut selera.
- Cara membuat** : Susu dididihkan.
Tepung beras diencerkan dengan air 50 cc dan dimasukkan ke dalam susu yang telah mendidih sampai masak, masukkan gula pasir ke dalam bubur tersebut dan ditambah garam kemudian angkat.

Tim saring

- B a h a n** : 20 gr beras (2 sendok makan)
10 gr kacang hijau (1 sendok makan)
25 gr hati ayam (1 potong)
atau hati sapi, daging cincang atau daging ikan, atau 1 btr telur ayam
10 gr daun bayam (1 genggam)
20 gr tomat (1 bh ukuran sedang)
20 gr wortel (1 ptg ukuran sedang)
- Cara membuat** : Beras dan kacang hijau yang telah direndam semalam dicuci lalu ditim dengan 150 cc (3/4 gelas) air. Bila sudah ½ masak, masukan hati dan wortel ke dalamnya, biarkan sebentar sampai hati atau penggantinya agak lunak. Kemudian masukan bayam, tomat dan garam. Tunggu sampai masak, angkat lalu saring dengan saringan.

Jadwal Pemberian Makan

Umur	Makanan
6 bulan	ASI diteruskan, mulai memberikan MP-ASI: bubur susu, pisang, air jeruk, pepaya saring
7 bulan	ASI diteruskan, MP-ASI: bubur susu/tim saring, pisang, air jeruk, pepaya saring
8 bulan	ASI diteruskan, MP-ASI: tim saring, pisang, air jeruk, pepaya saring
9-12 bulan	ASI diteruskan, anak telah dapat diberi mulai dari bubur nasi sampai pada nasi tim diberikan tiga kali sehari

Pre Test

Post Test

ANGKET KELAS IBU – BALITA MP-ASI untuk Bayi

1. MP ASI mulai diberikan setelah bayi berusia enam bulan ☐ Benar ☐ Salah
2. Setelah berusia enam bulan, bayi yang diberi MP ASI tidak perlu diberi ASI ☐ Benar ☐ Salah
3. Makanan bayi umur 6 – 12 bulan adalah ASI, buah, dan nasi Tim ☐ Benar ☐ Salah
4. Beras memiliki resiko alergi yang rendah. ☐ Benar ☐ Salah
5. Kaldu adalah benda penting yang sebaiknya dimiliki setiap saat terutama ketika bayi sudah bisa memakannya. ☐ Benar ☐ Salah
6. Jika bayi sudah mulai terbiasa makan, bisa ditambah porsinya atau ditambah kekentalan buburnya ☐ Benar ☐ Salah
7. Berikan sayuran terlebih dahulu sebelum diberikan buah-buahan, sehingga bayi tidak lebih dahulu kenal manisnya buah. ☐ Benar ☐ Salah
8. MP ASI yang baik adalah yang dibuat pabrik. ☐ Benar ☐ Salah
9. Dalam memberikan MP ASI yang penting banyaknya. ☐ Benar ☐ Salah

MODUL A.4

Tumbuh Kembang Bayi

1. TOPIK DAN ISI

Topik: Tumbuh Kembang Anak

Isi: Pertumbuhan
Perkembangan
Stimulasi

2. TUJUAN UMUM, KHUSUS DAN MATERIAL

Tujuan Umum: Peserta mengerti dan bertambah pengetahuan tentang pertumbuhan dan perkembangan bayi umur 0-1 tahun

Tujuan Khusus: Ibu tahu status pertumbuhan berat badan, perkembangan berat badan sesuai umur
Ibu tahu cara mendeteksi pertambahan berat badan anak
Peserta menjadi tahu perlakuan pada bayi umur 0-1 tahun
Peserta mampu mendeteksi keterampilan bayi pada umur 0-1 tahun

Material: Mainan anak
Buku KIA
Flip Chart

3. METODE

Pendahuluan: Fasilitator membuka dengan salam dan menjelaskan kepada peserta tujuan pelatihan
Fasilitator membagikan lembaran pre-test dan mengajak peserta mengisinya

Pengembangan: Fasilitator menanyakan umur bayi beberapa orang peserta dan berat badannya
Fasilitator merangkum jawaban peserta dan menanyakan apakah berat badan anak mereka sudah termasuk dalam kategori berat ideal (lihat lembar Buku KIA), peserta diminta membuka Buku KIA bagian KMS
Fasilitator menjelaskan pengertian pertumbuhan dan cara mendeteksi pertumbuhan

Fasilitator menanyakan umur dan keterampilan masing-masing anak peserta.
Fasilitator merangkum semua jawaban peserta.
Fasilitator mengajak mendiskusikan apakah kepandaian anak mereka sesuai dengan umur (Fasilitator mengajak peserta membuka Buku KIA bagian tumbuh kembang anak)

Praktek: Peserta mempraktekkan cara memantau dan menstimulasi pertumbuhan dan perkembangan bayi usia 1-2 tahun

Pemeriksaan untuk Pengertian Pengertian tentang pertumbuhan dan perkembangan bayi

Penutup: Fasilitator menutup pertemuan dengan tepuk tangan.

4. EVALUASI

Evaluasi: Peserta mengisi lembar evaluasi yang telah disiapkan

Bahan Bacaan Modul A.4

Tumbuh Kembang Bayi (Usia 0-1 tahun)

Upaya kesehatan yang dilakukan sejak anak masih di dalam kandungan sampai lima tahun pertama kehidupannya, ditujukan untuk mempertahankan kehidupannya sekaligus meningkatkan kualitas hidup anak agar mencapai tumbuh kembang optimal baik fisik, mental, emosional, maupun sosial serta memiliki intelegensi majemuk sesuai dengan potensi genetiknya. Otak balita lebih plastis, akan mudah terpengaruh baik secara positif maupun negatif tergantung pengaruh dan perlakuan yang didapatnya. Karena masa ini sangat peka terhadap pengaruh lingkungan dan sangat pendek, tidak dapat diulangi lagi, maka masa balita disebut dengan masa keemasan (*golden period*), jendela kesempatan (*window of opportunity*), masa kritis (*critical period*). Mengingat jumlah balita di Indonesia sangat besar yaitu 10%, maka untuk masa depan bangsa sangat perlu mendapat perhatian serius yaitu mendapatkan asupan gizi yang baik, stimulasi yang memadai, termasuk intervensi dini penyimpangan tumbuh kembang.

Pertumbuhan adalah bertambahnya ukuran dan jumlah sel serta jaringan interselular, berarti bertambahnya ukuran dan struktur tubuh sebagian atau keseluruhan sehingga dapat diukur dengan satuan panjang dan berat. Cara mengetahui pertumbuhan anak adalah dengan menimbanginya setiap bulan di posyandu dan mencatatnya di buku KMS (ada dalam buku KIA). Pertumbuhan yang baik adalah pertumbuhan yang ideal antara tinggi badan dan berat badan.

Perkembangan adalah bertambahnya struktur dan fungsi tubuh yang lebih kompleks dalam kemampuan gerak kasar, gerak halus, bicara dan bahasa, serta sosialisasi dan kemandirian. Pertumbuhan terjadi secara simultan atau bersamaan dengan perkembangan. Perkembangan merupakan hasil interaksi kematangan susunan saraf pusat dengan organ yang dipengaruhinya.

Ciri dan prinsip Tumbuh Kembang

1. Perkembangan menimbulkan perubahan. Misalnya perkembangan intelegensi sejalan dengan pertumbuhan otak dan serabut saraf.

2. Pertumbuhan dan perkembangan pada tahap awal menentukan pertumbuhan dan perkembangan selanjutnya. Ini artinya usahakan tidak ada gangguan pertumbuhan pada anak.
3. Pertumbuhan dan perkembangan punya kecepatan yang berbeda.
4. Perkembangan berkorelasi dengan pertumbuhan, bila pertumbuhan berlangsung cepat tentu akan diiringi oleh perkembangan.
5. Perkembangan memiliki pola tetap dan tahap yang berurutan

Aspek-Aspek Perkembangan yang Dipantau:

1. Gerak kasar atau motorik adalah aspek yang berhubungan dengan kemampuan anak melakukan pergerakan dan sikap tubuh yang melibatkan otot-otot besar seperti duduk, berdiri, dan sebagainya.
2. Gerak halus atau motorik halus adalah aspek yang berhubungan dengan kemampuan anak melakukan gerakan yang melibatkan bagian-bagian tubuh tertentu dan dilakukan oleh otot-otot kecil tetapi memerlukan koordinasi yang cermat seperti mengamati sesuatu, menjempit, menulis dan sebagainya.
3. Kemampuan bicara dan bahasa adalah aspek yang berhubungan dengan kemampuan untuk memberikan respons terhadap suara, berbicara, berkomunikasi, mengikuti perintah dan sebagainya.
4. Sosialisasi dan kemandirian adalah aspek yang berhubungan dengan kemampuan mandiri anak (makan sendiri, membereskan mainan selesai bermain), berpisah dengan ibu/pengasuh anak, bersosialisasi dan berinteraksi dengan lingkungannya, dsb.

Untuk mencapai tumbuh kembang anak secara optimal perlu diberikan rangsangan pada bayi, baik secara fisik maupun secara kejiwaan. Untuk pertumbuhan tubuh dan otak perlu diberikan ASI dan Makanan Pendamping ASI. Pada saat ini bayi juga mulai diberikan rangsangan untuk perkembangan otaknya.

Perlu dikenali apa yang dilakukan pada bayi dan apa tanda-tanda bayi sehat pada umur tertentu. Tanda-tanda bayi sehat adalah :

1. Bayi lahir segera menangis
2. Seluruh tubuh bayi kemerahan
3. Bayi bergerak aktif
4. Bayi bisa menghisap puting susu dengan kuat.
5. Berat lahir 2500 gram atau lebih

Yang dilakukan pada bayi baru lahir adalah :

Beri ASI, jangan beri makanan lain. Susui bayi sesegara mungkin setelah lahir untuk merangsang ASI cepat keluar. ASI pertama jangan dibuang, karena mengandung zat kekebalan.

Jaga bayi tetap hangat. Tunda memandikan bayi sekurang-kurangnya 6 jam setelah bayi lahir. Bungkus bayi dengan kain kering. Jika berat

bayi lahir kurang dari 2500 gram, dekap bayi agar kulit bayi menempel ke dada.

Cegah infeksi pada bayi baru lahir.

STIMULASI SEDERHANA

Tahap Perkembangan Anak Umur 0-3 bulan

- Mengangkat kepala setinggi 45 derajat
- Melihat dan menatap wajah bapak/ibu/sdr
- Membalas senyum
- Mengenal ibu dengan pendengaran, penglihatan dan penciuman

Tahap perkembangan anak umur 3-6 bulan

- Berbalik dari telungkup ke telentang
- Mengangkat kepala setinggi 90 derajat
- Meraih benda yang ada dalam jangkauan
- Berusaha memperluas pandangan
- Mengeluarkan suara gembira bernada tinggi dan memekik
- Tersenyum melihat mainan

Tahap perkembangan anak umur 6-9 bulan

- Duduk sikap tripod sendiri
- Belajar berdiri
- Memindahkan benda dari satu tangan ke tangan lain
- Mencari mainan dan benda yang dijatuhkan
- Bermain tepuk tangan
- Makan kue sendiri

Tahap perkembangan anak umur 9-12 bulan

- Mengangkat badannya ke posisi berdiri
- Belajar berdiri selama 30 detik atau berpegangan di kursi
- Dapat berjalan dengan dituntun
- Mengulurkan lengan/badan untuk meraih mainan yang diinginkan.
- Menggenggam erat pensil
- Memasukkan benda ke mulut
- Mengulang atau menirukan bunyi yang didengar
- Menyebut 2-3 suku kata yang sama tanpa arti
- Mengeksplorasi sekitar ingin tahu, ingin menyentuh apa saja
- Bereaksi terhadap suara yang perlahan atau bisikan

- Senang diajak bermain ciluk baa
- Mengenal anggota keluarga, takut pada orang yang belum dikenal

Anjuran Rangsangan Perkembangan :

Stimulasi Pada Anak Umur 0-1 Tahun

A. Kemampuan Gerak Kasar

- Mengangkat kepala
Yaitu dengan menelungkupkan bayi, kemudian beri rangsangan berupa gerakan atau suara, sehingga dia akan mengangkat kepala dengan kedua lengannya.
- Berguling-guling
Yaitu dengan meletakkan mainan yang menggoda pada sisi kiri dan kanan secara bergantian, tahap awal bantu bayi memutar tubuhnya dan beri respon positif pada bayi dengan senyuman.
- Menahan Kepala tetap tegak
Yaitu dengan menggendong bayi dengan posisi tegak
- Menyangga berat
Yaitu dengan mengangkat bayi pada ketiaknya dan mengangkat naik atau turun sampai kaki bayi menyentuh meja atau lantai
- Duduk
Ajar pada tahap awal dengan sandaran, setelah itu duduk tanpa sandaran diatas selimut
- Merangkak
Yaitu dengan meletakkan mainan agak jauh dari jangkauan anak, dan bantu anak merangkak untuk meraihnya.
- Berjalan dengan berpegangan
Yaitu mendorong bayi berjalan dengan berpegangan pada benda atau dinding yang ada disekitar.
- Berjalan sendiri
Ajar bayi berjalan sendiri agak beberapa langkah, misalnya menuju dekapan orang tua dan beri pujian.
- Naik tangga
Tunjukkan pada bayi cara menuruni tangga dengan merangkak,

B. Kemampuan Gerak Halus

- Melihat, meraih dan memandang mainan gantung
- Memperhatikan benda bergerak
- Melihat benda-benda kecil
- memegang benda
- Memasukkan benda ke dalam wadah
- Bermain gendrang
- Memegang alat tulis dan mencoret-coret
- Membuat bunyi-bunyian

- Menyembunyikan dan mencari mainan
- Bermain dengan mainan yang mengapung di air
- Menyusun balok, menggambar
- Bermain di dapur dengan mainan peralatan dapur

C. Kemampuan Bicara dan Bahasa

- Berbicara dengan bayi
- menirukan suara-suara bayi
- mengenali berbagai suara
- Mencari sumber suara
- Menirukan kata-kata
- Menyebutkan gambar-gambar di buku/majalah
- Berbicara dengan boneka
- Bersenandung dan bernyanyi

D. Kemampuan Bersosialisasi dan Kemandirian

- Memberi rasa aman dan kasih sayang
- Mengajak bayi tersenyum
- Mengajak bayi mengamati benda-benda dan keadaan di sekitarnya
- Meniru ocehan dan mimik muka bayi
- Mengayun bayi
- Menina bobokan
- Bermain "Ciluk-ba"
- Melihat dirinya di kaca
- Berusaha meraih mainan
- Bermain dengan orang lain
- Minum sendiri di sebuah cangkir
- Makan bersama-sama
- Ajak bayi bermain dengan orang lain, ketika ayah pergi lambaikan tangan sambil berkata da...da...

Alat Permainan Bayi Umur 9-12 Bulan

1. Balok atau kotak yang dibuat dari karton atau potongan kayu bekas
2. Crayon atau pensil warna dan buku gambar
3. Model alat-alat perbengkelan dan alat memasak

Pre Test

Post Test

ANGKET KELAS IBU – BALITA

Tumbuh Kembang Anak/Stimulasi

1. Pertumbuhan adalah bertambahnya ukuran tubuh dan jumlah sel. ☐ Benar ☐ Salah
2. Letakkan anak dalam boks terus menerus. ☐ Benar ☐ Salah
3. Anak sehat bila fisiknya terlihat sehat ☐ Benar ☐ Salah
4. Kepandaian anak adalah bawaan dari lahir ☐ Benar ☐ Salah
5. Setiap gangguan seperti kekurangan nutrisi, kekurangan zat asam, cidera, infeksi dan gangguan lain, dapat menghambat aspek pertumbuhan otak, ☐ Benar ☐ Salah
6. Ibu dapat membantu anak untuk menambah perbendaharaan kata, memperkenalkan hal-hal baru. ☐ Benar ☐ Salah
7. Anak dapat mempelajari kata-kata sendiri dari lingkungannya. ☐ Benar ☐ Salah
8. Ibu tidak perlu mengajari anaknya memperhatikan dan mendengar ☐ Benar ☐ Salah
9. Bermain dengan anak sangat perlu untuk merangsang kecerdasan. ☐ Benar ☐ Salah

Modul A.5

Penyakit Terbanyak pada Bayi

1. TOPIK DAN ISI

Topik: Penyakit Terbanyak Pada Bayi dan Anak 0 – 12 bulan

Isi: Sesi ini mendiskusikan penyakit Terbanyak Pada Bayi dan Anak

2. TUJUAN UMUM, KHUSUS DAN MATERIAL

Tujuan Umum: Ibu peserta dapat mengetahui cara penanggulangan Penyakit Pada Bayi dan Anak

Tujuan Khusus:

- ♦ Ibu peserta dapat menyebutkan Penyakit Terbanyak Pada Bayi dan Anak
- ♦ Ibu peserta dapat menyebutkan langkah-langkah praktis bila anak balita terserang penyakit

Material: Flip chart, Buku KIA, kertas plano, spidol

3. PROSEDUR/METODE

Pendahuluan:

- ♦ Fasilitator mengucapkan salam, kemudian menjelaskan judul, tujuan umum dan tujuan khusus dari sesi ini.
- ♦ Fasilitator membagikan lembaran pre-test;
- ♦ Ibu peserta memberikan jawaban di lembaran pre test

Pengembangan:

- ♦ Fasilitator memperagakan flip chart bergambar anak yang terkena penyakit
- ♦ Tanyakan pengalaman ibu-ibu peserta penyakit yang sering diderita anak mereka.
- ♦ Jika ada yang berpengalaman mintalah penjelasan dari mereka apa yang dilakukan ketika bayi dan anak sakit
- ♦ Tanyakan apa yang mereka ketahui tentang akibat buruk jika anak mengalami sakit
- ♦ Catat semua tindakan yang dilakukan ibu peserta yang punya pengalaman menghadapi anak sakit
- ♦ Jika tidak ada peserta yang berpengalaman fasilitator menjelaskan jenis penyakit terbanyak pada bayi dan anak serta akibatnya, dan tindakan apa yang harus dilakukan ketika bayi dan anak mengalami keadaan tersebut.

Penutup: Fasilitator menyampaikan kesimpulan, dan menutup pertemuan dengan tepuk tangan

4. EVALUASI

Evaluasi: Ibu peserta mengisi lembaran post-test.

Bahan Bacaan Modul A.5

Penyakit Terbanyak Pada Bayi

1. Diare

Kapan seorang akan dikatakan mengalami diare?

Bila frekuensi buang air besar telah melampaui kebiasaannya dengan kotoran encer dan banyak cairan. Diare yang terus menerus mungkin merupakan gejala penyakit berat seperti tipus, cholera dan kanker usus. Diare yang berat bisa menyebabkan dehidrasi dan bisa membahayakan jiwa.

Bagaimana gejalanya?

- Frekuensi buang air besar melebihi normal
- Kotoran encer/cair
- Sakit/kejang perut
- Demam dan muntah, pada beberapa kasus.

Apa penyebabnya?

- Ansietas/rasa cemas
- Keracunan makanan
- Infeksi virus dari usus
- Alergi terhadap makanan tertentu.

Apa yang dapat dilakukan bila anak mengalami diare?

- Minum banyak cairan
- Hindari makanan padat atau yang tidak berperasa selama 1-2 hari
- Minum cairan rehidrasi oral-oralit
- Periksa ke dokter bila bertambah berat
- Diare pada bayi sebaiknya segera dibawa ke dokter.

Bagaimana mencegah diare?

- Cuci tangan dengan baik setiap habis buang air besar dan sebelum menyiapkan makanan
- Tutup makanan untuk mencegah kontaminasi dari lalat, kecoa dan tikus.

2. ISPA

Apa itu ISPA?

ISPA merupakan singkatan dari Infeksi Saluran Pernapasan Akut, istilah ini diadaptasi dari istilah dalam bahasa Inggris *Acute Respiratory Infections* (ARI).

Apa yang dimaksud infeksi dan saluran pernapasan?

- Infeksi adalah masuknya kuman atau mikroorganisma ke dalam tubuh manusia dan berkembang biak sehingga menimbulkan gejala penyakit.
- Saluran pernapasan adalah organ mulai dari hidung hingga alveoli beserta organ adneksanya seperti sinus-sinus, rongga telinga tengah dan pleura. ISPA secara anatomis mencakup saluran pernapasan bagian atas, saluran pernapasan bagian bawah (termasuk jaringan paru-paru) dan organ adneksa saluran pernapasan. Dengan batasan ini, jaringan paru termasuk dalam saluran pernapasan (*respiratory tract*).

Apa yang dimaksud dengan infeksi akut?

- Infeksi akut adalah infeksi yang berlangsung sampai dengan 14 hari. Batas 14 hari diambil untuk menunjukkan proses akut meskipun untuk beberapa penyakit yang dapat digolongkan dalam ISPA proses ini dapat berlangsung lebih dari 14 hari.

3. Tetanus Neonatorum

Penyakit tetanus neonatorum disebabkan oleh *Clostridium Tetani* pada luka puntung tali pusat bayi. *Clostridium Tetani* memproduksi toksin yang disebut dengan tetanospasmin. Tetanospasmin menempel pada urat syaraf di sekitar area luka dan dibawa ke sistem syaraf otak serta syaraf tulang belakang, sehingga terjadi gangguan pada aktivitas normal urat syaraf. Terutama pada syaraf yang mengirim pesan ke otot.

Tetanus adalah salah satu penyakit yang paling beresiko menyebabkan kematian bayi baru lahir. Pada kondisi yang paling buruk di lapangan, setiap kejadian tetanus neonatorum disusul dengan kematian dalam waktu yang singkat. Bisa dikatakan, seratus persen bayi yang lahir terkena tetanus akan mengalami kematian. Pada umumnya kasus itu, disebabkan penggunaan gunting yang kotor dan berkarat oleh para bidan atau dukun bayi saat memotong tali pusat bayi.

Tetanus bisa dicegah dengan pemberian vaksin lewat imunisasi pada perempuan usia subur. Jika pemberian vaksin dilakukan saat luka tetanus sudah muncul, akan sia-sia. Pemberian imunisasi tetanus toxoid (TT) untuk perempuan usia subur adalah bentuk dari upaya meminimalkan angka kematian bayi yang disebabkan tetanus itu. Walau vaksin seperti DPT untuk penanggulangan Difteria, Pertusis, dan Tetanus (DPT) cukup ampuh, tapi masih ada beberapa hambatan dalam pemberian vaksin ini

yaitu efek samping sebagai gejala ikutan setelah pemberian vaksin seperti demam, bengkak dan nyeri di sekitar suntikan.

Pre Test

Post Test

ANGKET KELAS IBU – BALITA Penyakit yang terbanyak pada Bayi

- | | | |
|--|--------------------------------|--------------------------------|
| 1. Anak yang demam tinggi tidak perlu dikompres, cukup diberi obat | ☐ Benar | ☐ Salah |
| 2. Penyakit infeksi pada anak di Indonesia menduduki peringkat teratas. | ☐ Benar | ☐ Salah |
| 3. Anak tidak bisa menyusui pertanda sakit. | ☐ Benar | ☐ Salah |
| 4. Anak malas minum tidak apa-apa. | ☐ Benar | ☐ Salah |
| 5. Sering muntah bukan pertanda sakit. | ☐ Benar | ☐ Salah |
| 6. Anak kejang harus segera dibawa ke dokter. | ☐ Benar | ☐ Salah |
| 7. Cairan garam oralit dapat menambah berat badan. | ☐ Benar | ☐ Salah |
| 8. Kalau suhu badan anak tinggi pastilah kena guna-guna | ☐ Benar | ☐ Salah |
| 9. Untuk bayi yang menderita alergi terhadap susu sapi sehingga menyebabkan diare, sang ibu harus segera mengganti susu sapi tersebut dengan susu kedelai. | ☐ Benar | ☐ Salah |

MODUL

B

**LESSON PLAN KELAS IBU DAN BALITA
UNTUK IBU ANAK 1 – 2 TAHUN**

MODUL B. 1

Merawat Gigi Anak

1. TOPIK DAN ISI

Topik: Merawat Gigi Anak

Isi: Merawat gigi anak agar tumbuh sempurna

2. TUJUAN UMUM, KHUSUS DAN MATERIAL

Tujuan Umum: Ibu dapat mengenali tumbuh kembang gigi anak

Tujuan Khusus:

- ♦ Ibu dapat mengenali cara-cara merawat gigi anak;
- ♦ Ibu dapat mengenali kelainan pada gigi anak

Material: Flip Chart, Buku KIA, kertas plano, spidol

3. PROSEDUR/METODE

Pendahuluan: Fasilitator mengucapkan salam, kemudian menjelaskan judul, tujuan umum dan tujuan khusus dari sesi ini.

- ♦ Fasilitator membagikan lembaran pre-test;

Ibu peserta memberikan jawaban di lembaran pre test.

Pengembangan:

- ♦ Fasilitator meminta ibu peserta secara bergiliran menyebutkan bentuk-bentuk gigi yang mereka kenali. Ibu-ibu memberikan jawaban mulai dari "bentuk gigi jelek", kemudian "bentuk gigi bagus".

- ♦ Kemudian ibu peserta diminta memberikan pendapat mengapa gigi seseorang jelek dan menyebutkan kelainan-kelainan pada gigi anak.

- ♦ Fasilitator menyimpulkan sebab-sebab kerusakan gigi (misalnya karena faktor makanan), dan memperagakan gambar pada flip chart.

- ♦ Fasilitator meminta pendapat pribadi ibu peserta bagaimana cara yang benar merawat gigi anak.

Fasilitator menjelaskan kembali bagaimana cara merawat gigi yang benar menurut ilmu kedokteran gigi dengan bantuan flip chart.

Pemeriksaan untuk Pengertian: Fasilitator meminta ibu peserta menanyakan apa yang masih belum dipahami.

Penutup: Fasilitator menyampaikan kesimpulan, dan menutup pertemuan dengan tepuk tangan.

4. EVALUASI

Evaluasi: Ibu peserta mengisi lembaran post-test.

Bahan Bacaan Modul B. 1

Merawat Gigi Anak

Bagaimana merawat gigi anak?

1. Jika belum tumbuh gigi, bersihkan gusi bayi sesudah diberi ASI dengan kain yang dibasahi air matang hangat;
2. Jika sudah tumbuh gigi, gosok pakai odol sehari 2 kali, sesudah makan pagi dan sebelum tidur malam;
3. Minta penjelasan ke petugas kesehatan cara menggosok gigi yang baik dan benar;
4. Pada umur 2 tahun, ajari anak menggosok gigi sendiri;
5. Anak jangan dibiasakan memakan makanan manis dan lengket.

Pre Test

Post Test

ANGKET KELAS IBU – BALITA Perawatan Gigi

1. Jika belum tumbuh gigi, bersihkan gusi bayi sesudah diberi ASI dengan kain yang dibasahi air matang hangat; ☐ Benar ☐ Salah
2. Jika sudah tumbuh gigi, gosok pakai odol sehari 2 kali, sesudah makan pagi dan sebelum tidur malam; ☐ Benar ☐ Salah
3. Pada umur 2 tahun, ajari anak menggosok gigi sendiri ☐ Benar ☐ Salah
4. Anak perlu dibiasakan memakan makanan manis dan lengket ☐ Benar ☐ Salah
5. Jika bayi tertidur selagi minum dari botol tidak ada resikonya. ☐ Benar ☐ Salah
6. Keseimbangan gizi tidak ada hubungannya dengan pertumbuhan gigi. ☐ Benar ☐ Salah
7. Makanan yang ditambahi gula hanya diberikan pada jam makan saja ☐ Benar ☐ Salah
8. Gula terdapat juga dalam susu dan produk olahannya, serta dalam berbagai sayuran ☐ Benar ☐ Salah
9. Semua makanan dan minuman yang mengandung gula apa saja dapat menimbulkan pembusukan gigi ☐ Benar ☐ Salah

MODUL B.2

MP-ASI

Untuk Anak Umur 1-2 Tahun

1. TOPIK DAN ISI

Topik: Pemberian MP ASI

- Isi:**
- MP-ASI
 - Cuci tangan
 - Demo / praktek masak-memasak mancoba MP-ASI

2. TUJUAN UMUM, KHUSUS DAN MATERIAL

Tujuan Umum: Ibu balita meningkat pengetahuannya Tentang makanan pendamping ASI dan Cara membuatnya.

- Tujuan Khusus:**
- Peserta dapat menyebutkan jenis MP-ASI
 - Peserta mampu menyebutkan fungsi mencuci tangan dalam menyediakan makanan bayi
 - Peserta mampu menyebutkan jenis dan cara mengolah Makanan Pendamping ASI untuk anak umur 1-2 tahun

Material: Flip Chart/lembar balik, bahan baku MP-ASI
Buku KIA

3. PROSEDUR/METODE

Pendahuluan Pengantar dari fasilitator
Fasilitator menjelaskan tujuan pertemuan
Fasilitator membagikan lembaran pre-test
Fasilitator meminta peserta mengisi lembaran pre-test

Pengembangan: Diskusi interaktif serta memegang bahan baku yang telah tersedia

- Peserta menyebutkan kandungan gizi sesuai pengetahuannya
- Peserta lain menambahkan kalau ada yang mereka ketahui diluar yang disebutkan temannya
- Fasilitator menambahkan dan memfasilitasi terbangunnya kesimpulan

Praktek: Mengolah makanan secara bersama-sama, pilih salah satu menu yang sesuai dengan anak umur 1-2 tahun
Kalau waktunya tidak cukup tidak perlu sampai selesai

Pemeriksaan untuk Mengapa harus ada MP-ASI ?

Pengertian: Kapan MP-ASI sebaiknya diberikan?

Penutup: Fasilitator Menutup pertemuan dengan memberikan tepuk tangan buat semua

4. EVALUASI

Evaluasi: Mengevaluasi secara bersama dengan meminta masukan semua peserta
Fasilitator meminta peserta mengisi lembaran post-test

Bahan Bacaan Modul B.2

MP-ASI

Pada usia ini biasanya si kecil mulai diperkenalkan dengan makanan yang lebih bervariasi dengan tekstur yang lebih keras. Hal ini disebabkan karena selain kebutuhan kalori dan zat gizi yang dibutuhkan semakin bertambah, sistem pencernaannya juga sudah berkembang dengan cukup baik. Jumlah kalori yang dibutuhkan pada usia ini adalah 1.250 kalori dan protein 23 g (Lia Amalia dan Mardiah, 2006:68). Selama masa ini orang tua diharapkan membiasakannya dengan pola makan yang baik yaitu makan dengan teratur dan mengonsumsi makanan bergizi seimbang. Sesuai dengan perkembangan balita dalam fase meniru, orang tua menjadi model yang paling dekat. Oleh karena itu bila orang tua punya pola makan yang baik, akan menurun pada anak kelak.

Pada masa ini anak mulai mengonsumsi makanan yang sama dengan menu orang tuanya. Hidangan yang dianjurkan terdiri dari makanan pokok sebagai sumber kalori, lauk pauk terdiri dari sumber hewani (telur, daging, ikan), sumber protein nabati (kacang-kacangan, tahu, tempe), sayuran hijau atau berwarna, buah-buahan dan susu 2 kali yaitu 250 ml setiap kali minum (500 ml/hari). Waktu makan 3 kali sehari dan 2 kali waktu untuk snack/cemilan seperti kue kering, kroket, lempeng, dan sebagainya.

Beberapa yang harus diperhatikan dalam memperkenalkan makanan pada anak :

- Berikan si kecil makanan yang lunak dan berair, lambat laun cobalah dengan tekstur yang lebih keras.
- Berikan makanan berbentuk bubur sampai bayi memiliki gigi.
- Perkenalkan hanya satu makanan yang baru dengan jumlah yang sedikit. Hal ini untuk mendeteksi alergi pada makanan tersebut
- Jangan menambahkan makanan padat pada susu formula dengan membuat lobang besar pada botol minuman.
- Berilah makanan pada bayi sebelum memberikan susu.
- Selama pemberian makanan pandanglah bayi bapak/ibu/sdr, berikan senyum, dan ajaklah dia bicara.

Untuk bayi umur 1-2 tahun seharusnya dilanjutkan pemberian ASI dan MP-ASI sifatnya pendamping. Jangan mengandalkan susu formula (susu sapi) karena beberapa gangguan metabolisme mengonsumsi susu botol adalah sebagai berikut :

- Kegemukan pada bayi, karena susu botol cenderung memberikan jumlah kalori yang lebih tinggi dibandingkan dengan kesanggupan alat pencernaan si kecil untuk menyerap zat gizi yang terdapat pada susu.
- Jumlah zat besi dan kalsium yang terkandung dalam susu botol sangat rendah dibandingkan dengan ASI
- Jenis asam amino yang terdapat dalam susu botol berbeda dengan ASI

Anjuran pemberian makan

- Teruskan pemberian ASI sampai umur 2 tahun
- Beri nasi lembek 3 kali sehari
- Tambahkan telur/ayam/ikan/tempe/tahu/daging sapi/wortel/ bayam/kacang hijau/santan/minyak pada nasi lembek
- Beri makanan selingan 2 kali sehari antara waktu makan seperti bubur kacang hijau, pisang, biskuit, nagasari, dan lain sebagainya.
- Beri buah-buahan atau sari buah
- Bantu anak untuk makan sendiri

Menu anak usia diatas 1 tahun

♦ **Sup Kacang Merah**

Bahan

- Kacang merah 200 g
- Daging giling 100 g
- Margarin 2 sdm
- Bawang daun satu batang ikat dengan benang katun
- Seledri 1 batang
- Bawang putih 1 siung
- Tomat merah 75 g
- Wortel 100 g
- Kaldu 1 liter
- Telor puyuh rebus 10 butir
- Garam 1 1/2 sdt
- Merica 1/4 sdt
- Pala bubuk 1/8 sdt

Cara

- Rebus kacang merah sampai lunak, masukkan daging giling, sisihkan.
- Panaskan margarin hingga mencair, tumis bawang daun, seledri, bawang putih sampai harum, masukkan tomat dan wortel, aduk rata, angkat.
- Masukkan bahan tumisan ke dalam rebusan kacang lalu didihkan.
- Tambahkan kacang merah dan telur puyuh, aduk merata sampai mendidih lalu angkat. Bubuhkan merica, garam dan pala bubuk.

♦ **Mie Goreng Ayam**

Bahan

- margarin 1 sdm
- bawang daun 1 sdm, iris
- bawang putih 1 siung
- Ayam yang telah dipotong-potong 50 gram
- Wortel 25 g
- Sawi hijau 25 g
- Mi telur 50 g rebus dalam air mendidih, tiriskan
- Kecap manis 1/2 sdm
- Kecap asin 1/2 sdm
- Merica bubuk 1/8 sdm

Cara

- panaskan margarin, tumis bawang daun, bawang putih hingga harum, tambah wortel, ayam hingga layu, tambahkan sawi hijau
- masukkan mi, tambah kecap manis, kecap asin, dan merica bubuk, aduk hingga rata dan masak

♦ **Sate Bola-Bola Tahu**

Bahan

- Telur 1 butir
- Garam ½ sdt
- Bawang daun 1 sdm, iris
- Seledri 1 sdm, cincang
- Minyak untuk menggoreng
- Tahu putih 300 g, haluskan
- Tusuk sate

Cara

- kocok telur sampai tercampur dengan bantuan garpu
- Campur dengan tahu, garam, bawang daun, seledri, aduk rata
- Panaskan minyak
- Ambil 1 sdt adonan tahu, bulatkan dengan bantuan dua sendok, goreng sampai kuning, angkat, tiriskan.
- Tusuk bola-bola tahu dengan tusuk sate 3 untuk satu tusuk
- Sajikan dengan saus tomat.

Pre Test

Post Test

ANGKET KELAS IBU – BALITA MP ASI

Anak Umur 1-2 tahun

1. MP ASI tetap diberikan setelah anak berumur 1 – 2 tahun ☐ Benar ☐ Salah
2. Pada usia 1 – 2 tahun alat pencernaan anak sudah berkembang dengan baik ☐ Benar ☐ Salah
3. Makanan anak umur 1 - 2 tahun adalah ASI, buah, dan nasi Tim ☐ Benar ☐ Salah
4. Anak umur 1 – 2 tahun dapat memakan makanan yang sama dengan yang dimakan orang dewasa ☐ Benar ☐ Salah
5. Kalau tidak diberi MP ASI anak usia 1 – 2 tahun cukup diberi susu formula/kaleng saja. ☐ Benar ☐ Salah
6. Pada usia 1-2 tahun MP ASI diberikan 2 kali sehari. ☐ Benar ☐ Salah
7. Berikan sayuran terlebih dahulu sebelum diberikan buah-buahan, sehingga bayi tidak lebih dahulu kenal manisnya buah. ☐ Benar ☐ Salah
8. Kalau anak tidak mau makan orang tua tidak perlu berusaha, berikan ASI saja. ☐ Benar ☐ Salah
9. Seorang yang telanjur kenyang makan ubi rebus, tak berusaha lagi mengonsumsi lauk pauk, sayur dan buah. ☐ Benar ☐ Salah

MODUL B.3

Tumbuh Kembang Anak

Umur 1-2 tahun

1. TOPIK DAN ISI

Topik: Tumbuh Kembang Anak

Isi
: Pertumbuhan
Perkembangan

1. TUJUAN UMUM, KHUSUS DAN MATERIAL

Tujuan Umum: Peserta mengerti dan bertambah pengetahuan tentang tumbuh kembang anak umur 1-2 tahun

Tujuan Khusus: Ibu tahu status pertumbuhan berat badan
perkembangan berat badan umur 1-2 tahun
Ibu tahu cara mendeteksi pertambahan berat badan anak
Peserta menjadi tahu perlakuan pada bayi umur 1-2 tahun
Peserta mampu mendeteksi keterampilan bayi umur 1-2 tahun

Material: Mainan anak
Buku KIA
Alat Peraga

2. PROSEDUR/METODE

Pendahuluan: Fasilitator menjelaskan kepada peserta tujuan pelatihan

Fasilitator membagikan lembaran pre-test

Peserta diminta mengisi lembaran pre-test

Pengembangan: Fasilitator menanyakan umur bayi beberapa orang peserta dan berat badannya
Fasilitator merangkum jawaban peserta dan menanyakan apakah berat badan anak mereka sudah termasuk dalam kategori berat ideal (lihat Buku KIA)
Fasilitator menjelaskan pengertian pertumbuhan dan cara mendeteksi pertumbuhan

- Fasilitator menanyakan apa saja yang dipantau dari perkembangan bayi umur 1-2 tahun
- Fasilitator mendaftar semua jawaban peserta
- Fasilitator mengajak mendiskusikan seandainya ada pertumbuhan atau perkembangan anak tidak sesuai

Praktek: Peserta mempraktekkan cara memantau dan merangsang pertumbuhan dan perkembangan bayi usia 1-2 tahun.

Pemeriksaan untuk Pengertian Pengertian tentang pertumbuhan dan perkembangan bayi
Indikator tumbuh kembang yang ideal

Penutup: Fasilitator menutup pertemuan dengan tepuk tangan.

3. EVALUASI

Evaluasi: Peserta mengisi lembar evaluasi yang telah disiapkan

Bahan Bacaan Modul B.3 Tumbuh Kembang Anak Umur 1-2 tahun

Kalau pemahaman kita tentang Pertumbuhan adalah bertambahnya ukuran dan jumlah sel serta jaringan interselular, berarti bertambahnya ukuran dan struktur tubuh sebagian atau keseluruhan sehingga dapat diukur dengan satuan panjang dan berat. Maka pada umur anak satu tahun kita perlu memantau apakah pertumbuhan anak kita telah berjalan optimal. Cara mengetahui pertumbuhan anak adalah dengan menimbanginya setiap bulan di Posyandu dan mencatatnya di buku KMS (ada dalam Buku KIA). Pertumbuhan yang baik adalah pertumbuhan yang ideal antara tinggi badan dan berat badan. Pada usia satu (1) tahun idealnya berat badan anak adalah 8 – 11 kg (untuk melihat pertumbuhan sesuai umur anak dapat dilihat dalam Buku KIA halaman 40 grafik Kartu Menuju Sehat atau KMS).

Perkembangan adalah bertambahnya struktur dan fungsi tubuh yang lebih kompleks dalam kemampuan gerak kasar, gerak halus, bicara dan bahasa, serta sosialisasi dan kemandirian. Pertumbuhan terjadi secara simultan atau bersamaan dengan perkembangan. Perkembangan merupakan hasil interaksi kematangan susunan saraf pusat dengan organ yang dipengaruhinya.

Ciri dan Prinsip Tumbuh Kembang

1. Perkembangan menimbulkan perubahan. Misalnya perkembangan intelegensia sejalan dengan pertumbuhan otak dan serabut saraf.
2. Pertumbuhan dan perkembangan pada tahap awal menentukan pertumbuhan dan perkembangan selanjutnya. Ini artinya usahakan tidak ada gangguan pertumbuhan pada anak.
3. Pertumbuhan dan perkembangan punya kecepatan yang berbeda.
4. Perkembangan berkorelasi dengan pertumbuhan, bila pertumbuhan berlangsung cepat tentu akan diiringi oleh perkembangan.
5. Perkembangan memiliki pola tetap dan tahap yang berurutan

Tahapan Perkembangan Anak umur 1-2 tahun adalah :

- Berdiri sendiri tanpa pegangan
- Membungkuk memungut mainan kemudian berdiri kembali

- Berjalan mundur sekitar lima langkah
- Memanggil "mama" dan "papa"
- Memasukkan kubus ke kotak
- Menunjuk yang dimau atau menarik tangan ibu
- Memperlihatkan rasa cemburu

Setelah 18 bulan mestinya :

- Berjalan tanpa terhuyung-huyung
- Bertepuk tangan melambai-lambai
- Menumpuk empat kubus
- Memungut benda kecil dengan ibu jari atau telunjuk
- Menggelindingkan bola ke arah sasaran
- Menyebut 3-6 kata yang punya arti
- Membantu/menirukan pekerjaan rumah tangga
- Memegang cangkir sendiri, belajar makan dan minum sendiri

Untuk mencapai tumbuh kembang anak secara optimal perlu diberikan rangsangan pada bayi, baik secara fisik maupun secara kejiwaan. Untuk pertumbuhan tubuh dan otak perlu diberikan ASI dan Makanan Pendamping ASI. Pada saat ini bayi juga tetap diberikan rangsangan untuk perkembangan otaknya.

Perlu dikenali apa yang dilakukan bayi dan apa tanda-tanda bayi sehat pada umur tertentu.

Stimulasi Pada Anak Umur 1-2 tahun

A. Kemampuan Gerak kasar

- Bermain bola dan jalan sendiri
Lanjutkan perlakuan ini seperti sebelumnya
- Menarik mainan
Bila anak sudah bisa jalan sendiri, berikan mainan yang bisa ditarik, biasanya anak senang dengan mainan yang menimbulkan suara
- Berjalan mundur
Bila anak sudah bisa jalan tanpa berpegangan maka ajari anak berjalan mundur, misalnya dengan memberikan mainan yang bisa dia tarik sehingga mengambil langkah mundur.
- Berjalan naik dan turun tangga
Bila anak sudah bisa merangkak naik dan turun tangga, ajari anak berjalan naik dan turun tangga dengan berpegangan pada dinding.
- Berjalan sambil berjinjit
Tunjukkan pada anak cara berjalan berjinjit. Buat agar anak mau menirukan bapak/ibu/sdr berjinjit di sekeliling ruangan
- Menangkap dan melempar bola

Ajari anak menangkap dan melempar bola besar, bila sudah bisa lanjutkan dengan bola kecil

- Bermain di luar rumah
Ajak anak main di luar rumah seperti main ayunan, memanjat tangga, berlari di taman bermain untuk umum. Jangan biarkan anak main sendiri diluar rumah.
- Bermain air
Biarkan anak bermain air di pancuran, kolam renang, berikan cangkir plastik untuk menimba dan sediakan wadah untuk menampung air. Jangan biarkan anak main seorang diri
- Menendang bola
Tunjukkan kepada anak bagaimana menendang bola besar ke arah tonggak-tonggak hingga roboh. Bola dapat dibuat dari koran atau kain, tonggak dapat dibuat dari kotak atau kaleng susu
- Melompat
Tunjukkan kepada anak cara melompat dengan kedua kaki, bukan dengan melangkah, usahakan dilakukan diatas keset atau handuk
- Melatih keseimbangan tubuh
Ajar anak berdiri dengan sebelah kaki dengan bergantian, pertama bisa saja dengan berpegang dengan kursi setelah itu tanpa pegangan.
- Mendorong mainan dengan kaki
Biarkan anak mencoba mainan yang perlu didorong dengan kakinya sehingga benda tersebut bergerak

B. Kemampuan Gerak Halus

- Memasukkan benda ke dalam wadah
Ajar anak memasukkan mainan ke dalam tempat yang besar, seperti keranjang
- Bermain dengan mainan yang mengapung di air
Berikan benda yang mengapung di air baik dari kertas atau plastik, biarkan anak main ketika mandi
- Menggambar
Perkenalkan kepada anak-anak gambar-gambar yang menarik
- Menyusun kubus dan mainan
Tidak mesti dengan mainan kubus yang mahal, tapi bisa dibuat dengan kayu
- Permainan balok
Buat balok ukuran sekitar 2,5 x 2,5 sentimeter, ajari anak menyusunnya menumpuk ke atas tanpa menjatuhkannya.
- Memasukkan dan mengeluarkan benda
Ajar anak memasukkan dan mengeluarkan benda dari wadahnya, kemudian biarkan mereka melakukannya sendiri.
- Memasukkan benda yang satu ke benda lainnya

Sediakan mangkuk plastik dengan berbagai ukuran dan tunjukkan kepada anak cara memasukkan benda yang lebih kecil ke dalam tempat yang lebih besar

- Meniup
Ajari anak meniup busa sabun dengan alatnya, bicarakan bagaimana rasanya meraba busa sabun
- Membuat Untaian
Ajari anak membuat untaian dari manik-manik atau kancing besar dengan menggunakan tali sepatu
- Mengenal Ukuran dan Bentuk
Buat berbagai bentuk dan ukuran lobang pada kotak, lalu ajari anak memasukkan benda sesuai ukuran lobang yang cocok dengan benda
- Bermain Puzzle
Beri anak mainan puzzle cukup 2-3 potong, bisa dibeli atau dibuat dari karton dengan membuat gambar, kemudian memotongnya menjadi 2-3 bagian. Lalu anak bisa diajari cara menyusunnya sesuai gambar.
- Menggambar wajah dan bentuk
Tunjukkan pada anak cara membuat garis, lingkaran dan lain sebagainya, tunjukkan juga cara menggambar wajah.
- Membuat Berbagai bentuk dari adonan
Ajari anak cara membuat berbagai bentuk dengan adonan kue ketika sedang membuat kue, atau bisa dengan menggunakan lilin

C. Kemampuan Bicara dan Bahasa

- Berbicara
Lanjutkan kepada anak mengajari bicara dengan cara bicara dengan anak
- Menjawab Pertanyaan
Ajari anak menjawab pertanyaan dengan mengajukan pertanyaan, untuk pertama kali ajari anak cara menjawabnya.
- Menunjuk dan menyebutkan nama gambar-gambar
Perlihatkan gambar yang ada di majalah, atau dengan menempelnya di dinding lalu beritahu anak nama-nama gambar tersebut
- Membuat suara
Buat suara dari kaleng kue, kerincingan, kayu pegangan sapu dan sebagainya, lalu ajak membuat suara dari benda-benda yang dipilihnya seperti sendok dan lain sebagainya
- Menyebut nama bagian tubuh
Ketika mengenakan pakaian misalnya tunjukkan dan sebutkan nama bagian tubuh, kemudian suruh anak menyebutkan kembali
- Pembicaraan
Bila anak menyebutkan satu kata seperti susu, ajar anak bicara dua kata, dan beri pujian.
- Menyebut berbagai nama barang

Ketika ke pasar ajak anak, sebutkan nama-nama barang yang bapak/ibu/saudara beli. Atau ajak anak ke pesta sebutkan jenis barang yang dilihat atau dimakan.

- Melihat acara televisi
Biarkan anak menonton acara anak yang disukainya, dampingi anak dan jangan sampai biarkan anak nonton TV lebih dari satu jam sehari
- Mengerjakan perintah sederhana
Mulai memberi perintah kepada anak, seperti tolong bawakan kaos kaki merah, letakkan cangkir di atas meja, bila perlu berikan contoh melaksanakan perintah tadi.
- Bercerita tentang apa yang dilihatnya
Perlihatkan sering-sering buku atau majalah bergambar, minta anak menceritakan apa yang dilihatnya.

D. Kemampuan Bersosialisasi dan Kemandirian

- Memberi rasa aman dan kasih sayang
- Mengayun
- Menina-bobokan
- Permainan Ciluk-ba
- Permainan bersosialisasi
- Menirukan pekerjaan rumah tangga
Ketika membersihkan rumah ajak anak menirukan pekerjaan bapak/ibu/saudara, berikan dia satu lap pembersih debu suruh anak menirukan pekerjaan anda
- Melepas pakaian
Minta anak melepas pakaiannya sendiri, mula-mula bantu dengan melepas kancing atau menarik kaus anak lewat kepalanya
- Makan sendiri
Tunjukkan kepada anak cara memegang sendok, biarkan anak makan sendiri dan bantu anak bila mengalami kesulitan
- Merawat boneka
Berikan anak boneka plastik yang bisa dicuci, lalu ajari anak memberikan, menggendong, menyayangi, meninabobokan, dan memandikan boneka itu.
- Pergi ke tempat-tempat umum
Anak sering-sering diajak ke tempat umum seperti kebun binatang, terminal, stasiun kereta api, dan sebagainya
- Memeluk dan mencium
Peluk dan cium anak sesering mungkin, dan buat dia memeluk dan mencium bapak/ibu/saudara kembali.
- Membereskan mainan
- Bermain dengan teman sebaya
- Mengancingkan kancing baju

- membuat rumah-rumahan
- Berpakaian
- Memisahkan diri dengan anak

Pre Test

Post Test

ANGKET KELAS IBU – ANAK

Tumbuh Kembang Anak / Stimulasi

- | | | | | |
|---|--------------------------|-------|--------------------------|-------|
| 1. Perkembangan adalah bertambahnya kemampuan gerak kasar, gerak halus, bicara dan bahasa, serta sosialisasi dan kemandirian. | ☐ | Benar | ☐ | Salah |
| 2. Jangan biarkan anak nonton TV lebih dari satu jam sehari. | ☐ | Benar | ☐ | Salah |
| 3. Anak sehat bila fisiknya terlihat sehat | ☐ | Benar | ☐ | Salah |
| 4. Bila anak sudah bisa jalan sendiri, berikan mainan yang bisa ditarik. | ☐ | Benar | ☐ | Salah |
| 5. Setiap gangguan seperti kekurangan nutrisi, kekurangan zat asam, cedera, infeksi dan gangguan lain, dapat menghambat aspek pertumbuhan otak, | ☐ | Benar | ☐ | Salah |
| 6. Ibu dapat membantu anak untuk menambah perbendaharaan kata, memperkenalkan hal-hal baru. | ☐ | Benar | ☐ | Salah |
| 7. Anak dapat mempelajari kata-kata sendiri dari lingkungannya. | ☐ | Benar | ☐ | Salah |
| 8. Ibu tidak perlu mengajari anaknya memperhatikan dan mendengar | ☐ | Benar | ☐ | Salah |
| 9. Bermain dengan anak sangat perlu untuk merangsang kecerdasan. | ☐ | Benar | ☐ | Salah |

MODUL B.4

Penyakit pada Anak

1. TOPIK DAN ISI

Topik: Penyakit Terbanyak Pada Bayi dan Anak 1-2 tahun

Isi: Sesi ini mendiskusikan penyakit terbanyak pada bayi dan anak usia 1 – 2 tahun, khususnya kecacangan.

2. TUJUAN UMUM, KHUSUS DAN MATERIAL

Tujuan Umum: Ibu peserta dapat mengetahui cara penanggulangan penyakit kecacangan

Tujuan Khusus:

- ♦ Ibu peserta dapat menyebutkan gejala kecacangan.
- ♦ Ibu peserta dapat menyebutkan langkah-langkah praktis pencegahan kecacangan.

Material: Flip chart/lembar balik, Buku KIA

3. PROSEDUR/METODE

Pendahuluan:

- ♦ Fasilitator mengucapkan salam, kemudian menjelaskan judul, tujuan umum dan tujuan khusus dari sesi ini.
- ♦ Fasilitator membagikan lembaran pre-test;
- ♦ Ibu peserta memberikan jawaban di lembaran pre test

Pengembangan:

- ♦ Fasilitator memperagakan flip chart bergambar anak yang terkena penyakit kecacangan
- ♦ Tanyakan pengalaman ibu-ibu peserta penyakit yang sering diderita anak mereka.
- ♦ Jika ada yang berpengalaman mintalah penjelasan dari mereka apa yang dilakukan ketika anak sakit
- ♦ Tanyakan apa yang mereka ketahui tentang akibat buruk jika anak mengalami kecacangan.
- ♦ Catat semua tindakan yang dilakukan ibu peserta yang punya pengalaman menghadapi anak kecacangan pada kertas plano.
- ♦ Jika tidak ada peserta yang berpengalaman fasilitator menjelaskan penyakit kecacangan serta akibatnya, dan tindakan apa yang harus dilakukan ketika bayi dan anak mengalami keadaan tersebut.

Penutup: Fasilitator menyampaikan kesimpulan, dan menutup pertemuan dengan tepuk tangan

4. EVALUASI

Evaluasi: Ibu peserta mengisi lembaran post-test.

Bahan Bacaan Modul B.4

Penyakit pada Anak: Kecacingan

1. Cacingan

Apa gejala cacingan?

- ♦ Mudah letih, sering sakit kepala, mata sering berkunang-kunang.
- ♦ Muka pucat, kadang-kadang anggota badan bengkak, perut menggembung, sesak nafas, jantung berdebar.

Bagaimana mencegahnya?

- ♦ Menjaga kebersihan badan, kebersihan lingkungan dengan baik.
- ♦ Memakan makanan dan minuman yang baik dan bersih.
- ♦ Memakai alas kaki.
- ♦ Membuang air besar di jamban (kakus)

Apa tindakan untuk penderita?

- ♦ Berikan obat cacing.

2. Cacing Gelang

Apa gejala anak mendapat cacing gelang?

- ♦ Nyeri pada perut.
- ♦ Rasa mual, tidak ada nafsu makan, mencret.
- ♦ Tidur tidak nyenyak, berat badan menurun, perut buncit.

Bagaimana mencegahnya?

- ♦ Memelihara kebersihan diri dengan baik seperti memotong kuku, cuci tangan sebelum makan.
- ♦ Menjaga kebersihan lingkungan.
- ♦ Memakan makanan dan minuman yang baik dan bersih.

Apa tindakan untuk penderita?

- ♦ Berikan obat cacing.

3. Cacing Kremi

Apa gejala anak mendapat cacing kremi?

- ♦ Gatal di sekeliling dubur, terutama malam hari.
- ♦ Nafsu makan berkurang.
- ♦ Berat badan menurun.
- ♦ Tidur tidak nyenyak.
- ♦ Pada wanita dapat menyebabkan radang pada kemaluan.

Bagaimana mencegahnya?

- ♦ Memelihara kebersihan diri dengan baik seperti memotong kuku, cuci tangan sebelum makan.
- ♦ Menjaga kebersihan lingkungan.

- ♦ Memakan makanan dan minuman yang baik dan bersih.

Apa tindakan untuk penderita?

- ♦ Berikan obat cacing.

4. Filariasis atau Penyakit Kaki Gajah

Apa itu Filariasis (Penyakit Kaki Gajah)?

Filariasis adalah penyakit infeksi yang bersifat menahun yang disebabkan **cacing filaria** dan ditularkan oleh nyamuk. Penyakit ini dapat menimbulkan cacat menetap berupa pembesaran kaki; lengan, kantong buah zakar, payudara dan kelamin wanita.

Semua orang baik laki-laki, perempuan, anak-anak dan orang tua dapat terserang penyakit ini. Penyakit ini bukan karena kutukan, kena guna-guna atau keturunan.

Apa gejala dan tanda Filariasis?

Gejala dan tanda Filariasis:

1. *Tahap Awal* (Akut)

- Demam berulang 1 - 2 kali atau lebih setiap bulan selama 3 - 5 hari terutama bila bekerja berat. Demam dapat sembuh sendiri tanpa diobati.
- Timbul benjolan dan terasa nyeri pada lipat paha atau ketiak tanpa adanya luka badan.
- Teraba adanya urat seperti tali yang berwarna merah dan sakit mulai dari pangkal paha atau ketiak dan berjalan ke arah ujung kaki atau tangan.

2. *Tahap Lanjut* (Kronis)

Pada awalnya terjadi pembesaran yang hilang timbul pada kaki, tangan, kantong buah zakar, payudara dan alat kelamin wanita dan lama kelamaan menjadi cacat menetap.

Apakah penderita Filariasis selalu ada gejala?

Banyak penderita filariasis (penyakit kaki gajah) tidak menunjukkan gejala sama sekali. Mereka terlihat sehat tetapi dalam tubuhnya sudah terdapat cacing dewasa dan anak cacing yang beredar dalam darah.

Apa akibat Filariasis?

- Kerugian ekonomi akibat penyakit berdampak nyata, terutama bagi keluarga.
- Penderita tidak dapat bekerja secara normal, /tidak dapat bekerja sama sekali.
- Penderita merasa rendah diri atau malu terhadap lingkungannya.
- Mengganggu hubungan intim suami istri.

Apa penyebab Filariasis?

Filariasis disebabkan oleh cacing *Filaria* yang menyerupai benang yang hidup di dalam tubuh manusia.

Cacing ini dapat bertahan hidup selama 4 sampai 6 tahun dalam kelenjar getah bening (bagian tubuh yang melindungi kita dari penyakit).

Cacing ini berkembang biak di dalam tubuh dan menghasilkan jutaan anak cacing yang beredar dalam darah.

Filariasis disebabkan oleh tiga jenis cacing filaria, yaitu: *Wuchereria bancrofti*, *Brugia malayi* dan *Brugia timori*.

Cara penularan Filariasis

Filariasis ditularkan dari seseorang yang dalam darahnya terdapat anak cacing (mikrofilaria) kepada orang lain melalui gigitan nyamuk. Orang tersebut mungkin menjadi sakit mungkin juga tidak.

Pada waktu nyamuk mengisap darah, mikrofilaria akan terhisap dan masuk ke dalam badan nyamuk.

Dalam 1-2 minggu kemudian mikrofilaria berubah menjadi larva dan dapat ditularkan kepada orang lain sewaktu nyamuk menggigitnya.

Apa saja nyamuk penular Filariasis?

Banyak sekali nyamuk yang dapat menularkan Filariasis seperti nyamuk rumah, nyamuk got, nyamuk hutan dan nyamuk rawa-rawa.

Dimana tempat perindukan nyamuk?

Terdapat banyak tempat yang dapat menjadi perindukan nyamuk penular Filariasis seperti: Hutan, tanaman air, got/saluran air, rawa-rawa, hutan bakau dan sawah.

Bagaimana mencegah Filariasis?

1. Menghindari dari gigitan nyamuk dengan cara:
 - Tidur menggunakan kelambu.
 - Lubang angin (ventilasi) rumah ditutup kawat kasa halus.
 - Memasang obat nyamuk.
 - Memakai obat gosok anti nyamuk.
2. Memberantas nyamuk dengan cara:
 - Membersihkan tempat-tempat perindukan nyamuk.
 - Menyemprot untuk membunuh nyamuk dewasa.
3. Mengikuti program pengobatan massal filariasis yang dilaksanakan puskesmas.
4. Memeriksa diri ke puskesmas bila keluarga tetangga terkena filariasis.

Bagaimana mengetahui seseorang menderita Filariasis?

- Apabila ada tanda-tanda awal (akut) atau tanda-tanda lanjut (Kronis).
- Apabila dari hasil pemeriksaan darah jari ditemukan anak cacing (mikrofilaria). Pengambilan darah jari, dilakukan pada waktu malam hari, karena anak cacing beredar dalam darah pada malam hari.

Apa peran masyarakat untuk mencegah Filariasis?

- Mencegah agar tidak digigit nyamuk dan memberantas sarang nyamuk.
- Mengikuti program pengobatan massal Filariasis oleh Puskesmas sekali setahun selama lima tahun berturut-turut. Mengenali gejala-gejala filariasis dan segera berobat ke puskesmas.
- Mematuhi atau mengikuti aturan pengobatan sesuai petunjuk petugas kesehatan.
- Menggugah masyarakat untuk mencegah Filariasis.

Bagaimana perawatan penderita yang sudah cacat?

Meski penderita yang sudah cacat sukar disembuhkan, penderita perlu perawatan untuk mengurangi penderitaannya dengan :

- Membersihkan bagian tubuh yang secara rutin dengan air dan sabun.
- Memberikan obat-obatan sesuai anjuran petugas kesehatan/puskesmas.

Pre Test

Post Test

ANGKET KELAS IBU – BALITA

Penyakit yang Terbanyak pada Anak

- | | | | | |
|---|--------------------------|-------|--------------------------|-------|
| 1. Kalau anak cacingan ia mudah letih, sering sakit kepala, mata sering berkunang-kunang. | ☐ | Benar | ☐ | Salah |
| 2. Memelihara kebersihan diri dengan baik seperti memotong kuku, cuci tangan sebelum makan tidak dapat menghindarkan anak dari penyakit cacingan. | ☐ | Benar | ☐ | Salah |
| 3. Gatal di sekeliling dubur, terutama malam hari bukan karena cacingan tapi karena makan kelapa. | ☐ | Benar | ☐ | Salah |
| 4. Pada wanita cacing kremi dapat menyebabkan radang kemaluan. | ☐ | Benar | ☐ | Salah |
| 5. Perut buncit pertanda cacingan. | ☐ | Benar | ☐ | Salah |
| 6. Lingkungan yang bersih dapat menghindarkan anak dari penyakit cacingan. | ☐ | Benar | ☐ | Salah |
| 7. Cacing dapat hilang sendiri, anak tidak perlu diberi obat cacing. | ☐ | Benar | ☐ | Salah |
| 8. Filariasis (kaki gajah) adalah penyakit infeksi yang bersifat menahun yang disebabkan cacing filaria dan ditularkan oleh kecoa. | ☐ | Benar | ☐ | Salah |
| 9. Penyakit Filariasis atau kaki gajah dapat menyerang semua orang baik laki-laki, perempuan, anak-anak maupun orang tua. | ☐ | Benar | ☐ | Salah |

Modul B.5

Permainan Anak

1. TOPIK DAN ISI

Topik: Permainan Anak

Isi: Sesi ini mendiskusikan bentuk-bentuk permainan yang sesuai dengan usia anak

2. TUJUAN UMUM, KHUSUS DAN MATERIAL

Tujuan Umum: Ibu mengenali alat-alat dan bentuk permainan anak

Tujuan Khusus:

- ♦ Ibu dapat mengetahui manfaat permainan bagi anak;
- ♦ Ibu dapat mengenali jenis alat untuk bermain;
- ♦ Ibu dapat bermain bersama anak.

Material: Flip Chart
Alat peraga mainan
Buku KIA

3. PROSEDUR/METODE

Pendahuluan:

- ♦ Fasilitator mengucapkan salam, kemudian menjelaskan judul, tujuan umum dan tujuan khusus dari sesi ini.
- ♦ Fasilitator membagikan lembaran pre-test; Ibu peserta memberikan jawaban di lembaran pre test

Pengembangan:

- ♦ Fasilitator meminta ibu peserta menjelaskan permainan yang diberikan kepada anak;
- ♦ Ibu-ibu diminta memberikan pendapat tentang kegunaan setiap permainan;
- ♦ Fasilitator memperagakan alat peraga mainan yang sesuai dengan usia anak;
- ♦ Fasilitator meminta ibu peserta yang telah mengenal alat tersebut untuk mendemonstrasikan penggunaan permainan
- ♦ Fasilitator menggunakan flip chart tentang permainan anak untuk menjelaskan jenis-jenis dan kegunaan alat permainan anak.

Pemeriksaan untuk Pengertian: Fasilitator memandu diskusi tentang alat permainan anak yang baik dan kurang baik.

Penutup: Fasilitator menyampaikan kesimpulan, dan menutup pertemuan dengan tepuk tangan

4. EVALUASI

Evaluasi: Ibu peserta mengisi lembaran post-test.

Bahan Bacaan Modul B.5

Permainan Anak

Bermain bagi anak adalah kegiatan belajar, banyak ahli perkembangan anak berpendapat bahwa semakin imajinatif permainannya semakin baik seorang anak belajar. Untuk itu alat bermain anak tidak mesti membeli mainan yang mahal atau membuat mainan yang sulit, tapi bisa memanfaatkan alam sebagai arena bermain, misalnya :

- Biarkan anak anda menggambar di trotoar rumah dengan kapur putih, air hujan akan mudah membersihkannya
- Rekatkan koran di jalanan masuk rumah anda, biarkan anak mengecatnya dengan cat tempera dicampur air sabun
- Masukkan pasir ke kotak pasir, dan sediakan skop mainan sebagai skopnya, anak anda akan gembira
- Biarkan anak membantu anda di kebun dengan menyediakan sebidang tanah kecil yang dapat mereka olah.
- Berikan anak satu panci, biarkan mereka mengocok deterjen dengan pengocok telur

Bagaimana memilih mainan untuk anak?

Untuk memilih mainan anak yang aman, perhatikan hal-hal sebagai berikut :

1. Melihat ukuran mainan tersebut, jika kecil-kecil kira-kira diameter kurang dari 5 cm jangan diberikan kepada anak yang berumur dibawah 3 tahun. karena bisa masuk mulut dan tertelan.
2. Material yang terbuat dari karet, dan tentu memiliki diameter lebih 5 cm dapat diberikan kepada anak dibawah umur 1 tahunan, apalagi pas mau tumbuh gigi. Material yang terbuat selain dari karet cukup berbahaya diberikan kepada anak dibawah 1 atau 1,5 tahun yang masih sering memasukan mainan tersebut ke dalam mulutnya.
3. Usahakan membeli mainan yang tidak terbuat dari material logam, apalagi yang bersisi tajam atau bersudut tajam. sebaiknya membeli mainan yang terbuat dari karet, plastik lunak atau kayu yang sudah dihaluskan.

Permainan modern memang tidak murah dan tidak gampang juga didapat, apa lagi di daerah perdesaan, untuk itu anda dapat memanfaatkan program PAUD yang di daerah. PAUD biasanya dipandu oleh petugas yang telah ditunjuk di masing-masing nagari atau jorong yang merupakan program Diknas.

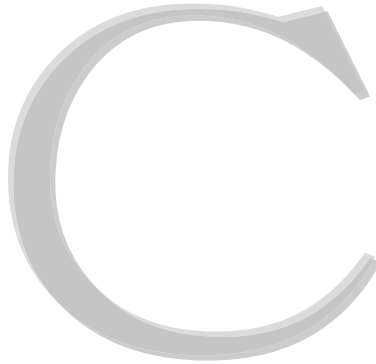
Pre Test

Post Test

ANGKET KELAS IBU – BALITA Permainan Anak

1. Alat bermain anak yang baik adalah mainan yang dibeli di pasar dan berharga mahal. ☐ Benar ☐ Salah
2. Biarkan anak anda menggambar di trotoar rumah dengan kapur putih ☐ Benar ☐ Salah
3. Berikan anak satu panci, biarkan mereka mengocok deterjen dengan pengocok telur ☐ Benar ☐ Salah
4. Mainan berukuran kecil-kecil kira-kira diameter kurang dari 5 cm dapat diberikan kepada anak yang berumur dibawah 3 tahun. ☐ Benar ☐ Salah
5. Material yang terbuat dari logam berdiameter kurang 5 cm dapat diberikan kepada anak dibawah umur satu tahun. ☐ Benar ☐ Salah
6. Material yang terbuat selain dari karet cukup berbahaya diberikan kepada anak dibawah 1 atau 1,5 tahun yang masih sering memasukkan mainan tersebut ke dalam mulutnya. ☐ Benar ☐ Salah
7. sebaiknya membeli mainan yang terbuat dari karet, plastik lunak atau kayu yang sudah dihaluskan ☐ Benar ☐ Salah
8. Usahakan membeli mainan yang tidak terbuat dari material logam, apalagi yang bersisi tajam atau bersudut tajam ☐ Benar ☐ Salah
9. Di daerah perdesaan anda dapat memanfaatkan program PAUD untuk anak-anak memperoleh permainan. ☐ Benar ☐ Salah

MODUL



**LESSON PLAN KELAS IBU DAN BALITA
UNTUK IBU ANAK 2 – 5 TAHUN**

MODUL C. 1

Tumbuh Kembang Anak

1. TOPIK DAN ISI

Topik :Tumbuh Kembang Anak

Isi : Pertumbuhan
Perkembangan

2. TUJUAN UMUM, KHUSUS, DAN MATERIAL

Tujuan Umum: Peserta mengerti dan bertambah pengetahuan tentang pertumbuhan dan perkembangan bayi umur 2-5 tahun

Tujuan Khusus:

- Ibu tahu status pertumbuhan berat badan perkembangan berat badan sesuai umur
- Ibu tahu cara mendeteksi pertambahan berat badan anak
- Peserta menjadi tahu perlakuan pada bayi umur 2-5 tahun
- Peserta mampu mendeteksi keterampilan bayi pada umur 2-5 tahun

Material:

- Mainan anak
- Buku KIA

3. METODE

Pendahuluan:

- Fasilitator mengucapkan salam dan menjelaskan kepada peserta tujuan pelatihan
- Fasilitator membagikan lembaran pre-test dan meminta peserta mengisi lembaran tersebut sesuai pengetahuannya saja.

Pengembangan:

- Fasilitator menanyakan umur bayi beberapa orang peserta dan berat badannya
- Fasilitator merangkum jawaban peserta dan menanyakan apakah berat badan anak mereka sudah termasuk dalam kategori berat ideal (lihat Buku KIA)
- Fasilitator menjelaskan pengertian pertumbuhan dan cara mendeteksi pertumbuhan.
- Fasilitator menanyakan umur dan keterampilan masing-masing anak peserta.
- Fasilitator merangkum semua jawaban peserta.
- Fasilitator mengajak mendiskusikan apakah kemampuan anak mereka sesuai dengan umur
- Fasilitator menggali dari peserta stimulan apa mestinya diberikan terhadap bayi umur 1-2 tahun
- Fasilitator mendiskusikan bersama peserta stimulan apa mestinya diberikan pada anak pada umur tertentu.

Praktek:

- Peserta mempraktekkan pencatatan pertumbuhan berat badan
- Peserta mempraktekkan cara merangsang

perkembangan anak

Pemeriksaan untuk Pengertian:

- Pengertian Pertumbuhan
- Pengertian perkembangan

Penutup:

- Fasilitator mengajak peserta menyimpulkan hasil pelatihan.
- Fasilitator mengajak peserta mengisi lembar post-test.
- Fasilitator mengajak peserta bertepuk tangan untuk semua.

4. EVALUASI:

Peserta mengisi lembar evaluasi yang telah disiapkan

Tumbuh Kembang Anak

Pertumbuhan yang paling cepat terjadi pada masa bayi yaitu pada umur 0 sampai 12 bulan. Umur 12 – 59 bulan disebut dengan masa balita. Pada balita kecepatan pertumbuhan mulai menurun, dan terdapat perkembangan motorik. Setelah umur 2 tahun biasanya anak tidak lagi menyusu dengan ibunya, otomatis masa untuk beraktivitas oleh anak semakin banyak. Masa Balita merupakan masa penting dalam tumbuh kembang anak, karena Pertumbuhan dasar yang berlangsung pada masa Balita akan mempengaruhi dan menentukan perkembangan anak selanjutnya. Pada masa Balita pertumbuhan dan perkembangan sel-sel otak masih berlangsung. Pada masa balita perkembangan kemampuan bicara dan bahasa, kreativitas, kesadaran sosial, emosional, dan intelegensia berjalan sangat cepat dan merupakan landasan perkembangan berikutnya.

Beberapa Tahap Perkembangan anak umue 2-5 tahun antara lain :

- Pada umur 2-3 tahun
 - jalan naik tangga sendiri
 - dapat bermain dan menendang bola kecil
 - bicara dengan baik menggunakan dua kata
 - Melihat gambar dan dapat menyebut dengan benar dua benda
 - Makan sendiri tanpa banyak tumpah
 - Melepas pakaian sendiri
- Umur 3-4 tahun
 - Bisa berdiri satu kaki
 - Melompat kedua kaki diangkat
 - Mengayuh sepeda roda tiga
 - Menggambar garis lurus
 - Menumpuk 8 buah kubus
 - Mengenal 2-4 warna
 - Menyebut nama, umur dan tempat

- Mengerti arti kata di atas, di bawah dan di depan
- Mendengarkan cerita
- Mencuci dan mengeringkan tangan sendiri
- Bermain bersama teman dan mengikuti aturan permainan
- Mengenakan sepatu sendiri
- Umur 4-5 tahun
 - Melompat-lompat satu kaki
 - Menari
 - Menggambar tanda silang
 - Menggambar lingkaran
 - Mengancing baju atau pakaian boneka
 - Menyebut nama lengkap
 - Senang menyebut-kata-kata baru
 - Senang bertanya tentang sesuatu
 - Menjawab pertanyaan dengan benar
 - Bicaranya mudah dimengerti
 - Bisa membandingkan bentuk dan ukuran benda
 - Menyebut angka
 - Menyebut nama-nama hari
 - Berpakaian sendiri tanpa dibantu
 - Menggosok gigi tanpa dibantu
 - Bereaksi tenang ketika ditinggal ibu

Bagi ibu-ibu yang mempunyai keterbatasan dalam memberikan stimulasi terhadap tumbuh kembang anak seperti terbatas dalam waktu, pengetahuan, dan media bermain, maka dapat memanfaatkan kegiatan PAUD (Pendidikan Anak Usia Dini) yang diselenggarakan oleh Departemen Pendidikan Nasional. Kegiatan PAUD biasanya diselenggarakan di nagari atau jorong. Kegiatan PAUD ada yang diintegrasikan dengan kegiatan Posyandu. Jadi ibu-ibu yang mempunyai anak Balita dapat memanfaatkan program tersebut. Perkembangan moral serta dasar-dasar kepribadian anak juga dibentuk pada masa balita, sehingga setiap kelainan dan penyimpangan sekecil apapun apabila tidak dideteksi dan tidak ditangani dengan baik, akan mengurangi kualitas sumberdaya manusia di kemudian hari.

Stimulasi Yang Dilanjutkan Kepada Anak umur 2 – 5 tahun diantaranya :

A. Kemampuan Gerak Kasar

- Dorong anak mau memanjat, berlari, melompat, melatih keseimbangan badan, dan bermain bola
- Latihan menghadapi rintangan
Bisa dilakukan dengan mengajak anak bermain ular tangga, merangkak di kolong meja, berjinjit mengelilingi kursi, melompat di atas bantal dan sebagainya yang tidak membahayakan keselamatan anak.
- Melompat jauh
Usahkan anak agar melompat jauh dengan kedua kakinya. Bisa dilakukan dengan meletakkan handuk usang di lantai dan suruh

anak melompatinya. Atau dibuat garis batas lompatan dengan kapur tulis pada lantai dan suruh anak melompatinya.

- Melempar dan menangkap
Tunjukkan cara melempar sebuah bola besar ke arah bapak/ibu/sdr, kemudian lempar kembali ke arah anak dan suruh anak menangkapnya.
- Mengendarai sepeda roda tiga
- Menangkap bola
- Berjalan mengikuti garis lurus
- Melompat
- Melempar benda-benda kecil ke atas
- Menirukan binatang berjalan
- Main lampu merah lampu hijau

B. Kemampuan Gerak Halus

- Bermain puzzle dan menggambar
- Memasukkan benda ke dalam benda lain
- Membuat gambar tempelan
- Memilih dan melompatkan benda-benda menurut jenisnya
- Mencocokkan gambar benda dengan benda aslinya
- Konsep jumlah
- Bermain menyusun balok-balok
- Memotong
- Menggambar dan menulis
- Mencampur warna
- Mengajar konsep separo dan satu bagian
- Membandingkan besar kecil, berat ringan, banyak sedikit
- Percobaan ilmiah
- Berkebun

C. Kemampuan Bicara dan Bahasa

- Bacakan buku cerita anak
- Dorong anak bercerita
- Dampingi nonton TV
- Menyebut Nama Lengkap Anak
- Cerita Tentang diri Anak
- Menyebut Nama Berbagai Jenis Pakaian
- Menyebut keadaan suatu benda
- Nyanyikan lagu-lagu
- Album Fotoku
- Mengenal huruf dan simbol
- Belajar Mengingat
- Mengenal Angka
- Membaca Majalah
- Mengenal musim
- Mengunjungi Perpustakaan
- Melengkapi kalimat
- Bercerita
- Membantu Pekerjaan di Dapur

D. Kemampuan Sosialisasi dan Kemandirian

- Bujuk dan tenangkan ketika anak kecewa dengan cara memeluk dan berbicara kepadanya.
- Sering ajak anak keluar berkunjung ke tempat bermain, toko, kebun binatang dll.
- Ajak anak membersihkan diri ketika kotor mengelap dengan bantuan sesedikit mungkin.
- Melatih buang air kecil dan besar di WC dan ajari cara membersihkannya.
- Berdandan
- Berpakaian
- Mengutarakan perasaannya
- Makan bersama

Pre Test

Post Test

ANGKET KELAS IBU – BALITA

Tumbuh Kembang Anak/Stimulasi

- | | | | | |
|---|--------------------------|-------|--------------------------|-------|
| 1. Tiga tahun pertama dalam kehidupan anak, merupakan masa paling rawan | ☐ | Benar | ☐ | Salah |
| 2. Letakkan anak dalam boks terus menerus. | ☐ | Benar | ☐ | Salah |
| 3. Anak sehat bila fisiknya terlihat sehat | ☐ | Benar | ☐ | Salah |
| 4. Kecerdasan anak adalah bawaan dari lahir | ☐ | Benar | ☐ | Salah |
| 5. Setiap gangguan seperti kekurangan nutrisi, kekurangan zat asam, cidera, infeksi dan gangguan lain, dapat menghambat aspek pertumbuhan otak, | ☐ | Benar | ☐ | Salah |
| 6. Ibu dapat membantu anak untuk menambah perbendaharaan kata, memperkenalkan hal-hal baru. | ☐ | Benar | ☐ | Salah |
| 7. Anak dapat mempelajari kata-kata sendiri dari lingkungannya. | ☐ | Benar | ☐ | Salah |
| 8. Ibu tidak perlu mengajari anaknya memperhatikan dan mendengar | ☐ | Benar | ☐ | Salah |
| 9. Bermain dengan anak sangat perlu untuk merangsang kecerdasan. | ☐ | Benar | ☐ | Salah |

MODUL C.2

Pencegahan Kecelakaan

1. TOPIK DAN ISI

Topik: Pencegahan Kecelakaan

Isi: Mencegah anak mengalami kecelakaan dalam rumah

2. TUJUAN UMUM, KHUSUS DAN MATERIAL

Tujuan Umum: Ibu dapat mencegah anak mengalami kecelakaan dalam rumah

Tujuan Khusus:

- ♦ Ibu dapat mengenali benda-benda berbahaya bagi anak;
- ♦ Ibu dapat mengenali tempat-tempat berbahaya untuk bermain anak;
- ♦ Ibu dapat mencegah anak bermain dengan benda atau di tempat berbahaya.

Material: Flip Chart, Buku KIA hal 39

3. PROSEDUR/METODE

Pendahuluan:

- ♦ Fasilitator mengucapkan salam, kemudian menjelaskan judul, tujuan umum dan tujuan khusus dari sesi ini.
- ♦ Fasilitator membagikan lembaran pre-test; Ibu peserta memberikan jawaban di lembaran pre test

Pengembangan:

- ♦ Fasilitator meminta ibu peserta mengidentifikasi benda-benda berbahaya bagi anak yang ada di dalam rumah.
- ♦ Jawaban ibu peserta dicatat pada kertas plano.
- ♦ Fasilitator meminta ibu peserta menjelaskan seberapa berbahaya benda-benda yang disebut sebelumnya bagi anak.
- ♦ Jawaban juga dicatat pada kertas plano.
- ♦ Fasilitator meminta ibu peserta memberikan pendapat bagaimana caranya agar anak terhindar dari kecelakaan yang disebabkan benda-benda dalam rumah. Lebih baik bila ada ibu peserta yang mengemukakan pengalaman pribadinya.

Pemeriksaan untuk Pengertian: Fasilitator meminta lima orang ibu peserta bertanya pada lima ibu peserta lainnya. Masing-masing peserta diberi waktu 30 detik. Peserta yang tidak mampu memberi pertanyaan atau jawaban harus mengatakan "Aduuuh..."

Penutup: Fasilitator menyampaikan kesimpulan, dan menutup pertemuan dengan tepuk tangan.

4. EVALUASI

Evaluasi: Ibu peserta mengisi lembaran post-test.

Bahan Bacaan Modul C.2

Pencegahan Kecelakaan di Rumah

Kenapa kecelakaan musti dicegah? Karena bila terjadi kecelakaan akan menimbulkan efek negatif pada anak. Efek tersebut mulai dari luka lecet sampai pada cacat permanen. Bila terjadi gangguan pada tubuh seperti luka, maka butuh energi yang banyak untuk memulihkannya. Bila yang diperlukan adalah zat gizi, maka zat gizi yang mestinya dapat berfungsi untuk pertumbuhan otak dan fisik akan tersedot untuk pemulihan luka tersebut. Bila terjadi cacat permanen maka akan menimbulkan dampak fisik dan psikologis.

Bagaimana mencegah terjadinya kecelakaan bayi di rumah?

1. Letakkan semua benda berbahaya, misalnya pisau, obat-obatan, racun serangga, racun tikus, minyak tanah, deterjen, ditempat yang tidak terjangkau anak;
2. Larang anak bermain dekat benda-benda panas seperti kompor, setrika, dan termos air panas;
3. Larang anak bermain stop kontak. Perhatikan jangan ada kabel yang terbuka;
4. Awasi anak ketika bermain. Larang anak bermain dekat sumur, kolam, aliran sungai, atau jalan raya.

Pre Test

Post Test

ANGKET KELAS IBU – BALITA Pencegahan Kecelakaan

1. Pisau, obat-obatan, racun serangga, racun tikus, minyak tanah, deterjen, tidak perlu ditempatkan di tempat yang tidak terjangkau anak. ☐ Benar ☐ Salah
2. Anak usia 9 – 11 bulan perlu diingatkan agar tidak bermain dekat benda-benda panas seperti kompor, setrika, dan termos air panas. ☐ Benar ☐ Salah
3. Sumur adalah tempat bermain yang berbahaya bagi anak. ☐ Benar ☐ Salah
4. Sangat jarang anak-anak terkena aliran listrik. ☐ Benar ☐ Salah
5. Anak usia 9 – 11 bulan perlu dibiasakan main sendiri di pinggir sungai agar cepat bisa berenang. ☐ Benar ☐ Salah
6. Anak umur dibawah satu tahun boleh dibiarkan bermain dengan kucing. ☐ Benar ☐ Salah
7. Anak yang terjatuh dari tempat tidur tidak perlu diperiksa ke dokter kalau tidak menangis. ☐ Benar ☐ Salah
8. Anak yang bermain pisau harus dibentak agar tidak mengulanginya lagi. ☐ Benar ☐ Salah
9. Anak yang memakan deterjen tidak perlu dibawa ke dokter, cukup dibersihkan saja deterjen dari mulutnya. ☐ Benar ☐ Salah

MODUL C.3

Gizi Seimbang

1. TOPIK DAN ISI

Topik: Gizi Seimbang (TIGA GUNA: tenaga, zat pembangun, zat pengatur)

Isi: Demo penyiapan makanan bergizi secara partisipasi aktif dari peserta

2. TUJUAN UMUM, KHUSUS DAN MATERIAL

Tujuan Umum: Ibu dapat memberikan makanan seimbang kepada bayi

Tujuan Khusus:

- ◆ Ibu dapat memperkenalkan nasi tim kepada bayi;
- ◆ Ibu dapat membuat bubur dan buah saring;
- ◆ Ibu mengetahui bumbu sederhana alami;
- ◆ Ibu memperhatikan kebersihan.

Material:

- ◆ Flip Chart, Buku KIA
- ◆ Alat pembuat nasi tim, bubur saring dan bumbu sederhana alami.

3. PROSEDUR/METODE

Pendahuluan: Fasilitator mengucapkan salam, kemudian menjelaskan judul, tujuan umum dan tujuan khusus dari sesi ini.

- ◆ Fasilitator membagikan lembaran pre-test;
- ◆ Ibu peserta memberikan jawaban di lembaran pre test

Pengembangan:

- ◆ Fasilitator mengajak ibu peserta membuat daftar menu makanan bayi yang pernah mereka berikan sebagai MP-ASI.
- ◆ Fasilitator mengajak ibu peserta menceritakan pengalaman masing-masing memberikan makanan tambahan.
- ◆ Fasilitator mengajak ibu peserta mendiskusikan tepat atau tidak tepatnya jenis makanan yang diberikan kepada bayi berdasarkan umur bayi.

Praktek: Fasilitator mengajak ibu peserta membuat nasi tim, bubur saring dan bumbu sederhana alami.

Pemeriksaan untuk Pengertian: Fasilitator memandu diskusi dan tanya jawab tentang praktek yang baru saja dilaksanakan.

Penutup: Fasilitator menyampaikan kesimpulan, dan menutup pertemuan dengan tepuk tangan.

4. EVALUASI

Evaluasi: Ibu peserta mengisi lembaran post-test.

Bahan Bacaan Modul C.3

Gizi Seimbang



Apa yang dimaksud dengan gizi seimbang?

Gizi seimbang adalah asupan gizi dari makanan yang mengandung karbohidrat, protein dan mineral dalam jumlah yang proporsional sesuai dengan kebutuhan tubuh.

Makanan yang mengenyangkan belum tentu memenuhi syarat

keseimbangan gizi karena mungkin hanya mengandung karbohidrat. Bayi perlu diberi makanan yang seimbang karena keseimbangan makanan sangat menentukan perkembangannya secara fisik dan mental.

Pola Gizi Seimbang

Untuk memenuhi gizi seimbang dibutuhkan pola menu seimbang yaitu pengaturan makanan yang sehat dengan susunan hidangan menu sesuai dengan kebutuhan gizi esensial dan jumlah yang ideal serta disesuaikan dengan daya toleransi anak. Menurut Lie (1985) menu yang seimbang memiliki ciri-ciri sebagai berikut :

- Menghasilkan cukup energi yang diperlukan tubuh
- Memenuhi kebutuhan protein untuk pertumbuhan, mekanisme pertahanan, memperbaiki jaringan yang rusak, dan pemeliharannya.
- Mengandung cukup lemak untuk memberikan asam lemak esensial dan melarutkan vitamin yang larut dengan lemak.
- Memberikan vitamin dan mineral dalam jumlah yang ideal

13 Pesan Dasar Gizi Seimbang

1. Makanlah aneka ragam makanan, yaitu makanan sumber zat tenaga (karbohidrat), zat pembangun (protein), serta zat pengatur (vitamin dan mineral).
2. Makanlah makanan untuk memenuhi kebutuhan energi. Kebutuhan tersebut dapat dipenuhi dari tiga sumber utama, yaitu karbohidrat, protein dan lemak.
3. Makanlah makanan sumber karbohidrat, setengah dari kebutuhan energi. Konsumsi gula sebaiknya dibatasi 5% dari jumlah

kecukupan energi atau sekitar 3-4 sendok per hari. Seyogyanya sekitar 50-60% kebutuhan energi diperoleh dari karbohidrat kompleks atau setara dengan 3-4 piring nasi.

4. Batasi konsumsi lemak dan minyak sampai seperempat dari kecukupan energi. Mengonsumsi lemak hewani secara berlebihan dapat menyebabkan penyempitan pembuluh darah arteri dan penyakit jantung koroner.
5. Gunakan garam beriodium untuk mencegah timbulnya gangguan akibat kekurangan iodium (GAKI). GAKI dapat menghambat perkembangan tingkat kecerdasan anak, penyakit gondok, dan kretin (kerdil). Dianjurkan untuk mengonsumsi garam tidak lebih dari 6 gram (1 sendok teh) per hari.
6. Makanlah makanan sumber zat besi untuk mencegah anemia. Sumber yang baik adalah sayuran berwarna hijau, kacang-kacangan, hati, telur dan daging.
7. Berikan ASI saja kepada bayi sampai berumur 6 bulan. Pemberian ASI secara eksklusif ini sudah cukup untuk memenuhi kebutuhan gizi bayi hingga umur 6 bulan, setelah itu perlu diberikan makanan pendamping air susu ibu (MP-ASI).
8. Biasakan makan pagi (sarapan) untuk memelihara ketahanan fisik dan meningkatkan produktivitas kerja.
9. Minumlah air bersih, aman dan cukup jumlahnya, yaitu minimal 2 liter atau setara dengan 8 gelas setiap harinya, agar proses faali dalam tubuh dapat berlangsung dengan lancar dan seimbang.
10. Lakukan kegiatan fisik dan olah raga secara teratur untuk mencapai berat badan normal dan mengimbangi konsumsi energi yang berlebihan.
11. Hindari minum minuman beralkohol.
12. Makanlah makanan yang aman bagi kesehatan, yaitu bebas dari cemaran bahan kimia dan mikroba berbahaya, yang dapat menyebabkan sakit.
13. Bacalah label pada makanan yang dikemas, untuk mengetahui komposisi bahan penyusun (ingridien), komposisi gizi, serta tanggal kadaluarsa.

Pemberian Vitamin A

Diberikan pada umur 6-12 bulan dengan dosis 100.000.`IU dan setiap 6 bulan sampai umur lima tahun dosis 200.000 IU (setiap Februari dan Agustus)

Pre Test

Post Test

ANGKET KELAS IBU – ANAK Gizi Seimbang

1. Untuk hidup dan meningkatkan kualitas hidup, setiap orang memerlukan 5 kelompok zat gizi (karbohidrat , protein, lemak, vitamin dan mineral) dalam jumlah cukup, tidak berlebihan dan tidak juga kekurangan. ☐ Benar ☐ Salah
2. Tanda-tanda bayi siap makan makanan padat sudah bisa menegakkan kepala sendiri ☐ Benar ☐ Salah
3. Makanan bayi umur 3 - 5 tahun adalah ASI, buah, dan nasi Tim ☐ Benar ☐ Salah
4. Beras memiliki resiko alergi yang rendah. ☐ Benar ☐ Salah
5. Kaldu adalah benda penting yang sebaiknya dimiliki setiap saat terutama ketika bayi sudah bisa memakannya. ☐ Benar ☐ Salah
6. Jika bayi sudah mulai terbiasa makan, bisa ditambah porsinya atau ditambah kekentalan buburnya ☐ Benar ☐ Salah
7. Berikan sayuran terlebih dahulu sebelum diberikan buah-buahan, sehingga bayi tidak lebih lebih dahulu kenal manisnya buah. ☐ Benar ☐ Salah
8. Cara mengetahui berat badan normal, seseorang dapat menggunakan **Kartu Menuju Sehat (KMS)** untuk anak balita, anak usia sekolah, dan kelompok usia lanjut. ☐ Benar ☐ Salah
9. Seorang yang telanjur kenyang makan ubi rebus, tak berusaha lagi mengonsumsi lauk pauk, sayur dan buah. ☐ Benar ☐ Salah

MODUL C.4

Penyakit pada Anak

1. TOPIK DAN ISI

Topik: PENYAKIT Terbanyak Pada Anak

Isi: Sesi ini mendiskusikan penyakit terbanyak pada bayi dan anak

2. TUJUAN UMUM, KHUSUS DAN MATERIAL

Tujuan Umum: Ibu peserta dapat mengetahui cara penanggulangan penyakit pada bayi dan anak

Tujuan Khusus:

- ♦ Ibu peserta dapat menyebutkan Penyakit Terbanyak Pada Anak
- ♦ Ibu peserta dapat menyebutkan langkah-langkah praktis bila anak balita terserang penyakit

Material: Flip chart, Buku KIA, kertas plano, spidol

3. PROSEDUR/METODE

Pendahuluan:

- ♦ Fasilitator mengucapkan salam, kemudian menjelaskan judul, tujuan umum dan tujuan khusus dari sesi ini.
- ♦ Fasilitator membagikan lembaran pre-test;
- ♦ Ibu peserta memberikan jawaban di lembaran pre test

Pengembangan:

- ♦ Fasilitator memperagakan flip chart bergambar anak yang terkena penyakit
- ♦ Tanyakan pengalaman ibu-ibu peserta penyakit yang sering diderita anak mereka.
- ♦ Jika ada yang berpengalaman mintalah penjelasan dari mereka apa yang dilakukan ketika anak sakit
- ♦ Tanyakan apa yang mereka ketahui tentang akibat buruk jika anak mengalami sakit
- ♦ Catat semua tindakan yang dilakukan ibu peserta yang punya pengalaman menghadapi anak sakit
- ♦ Jika tidak ada peserta yang berpengalaman fasilitator menjelaskan jenis penyakit terbanyak pada bayi dan anak serta akibatnya, dan tindakan apa yang harus dilakukan ketika anak mengalami keadaan tersebut.

Penutup: Fasilitator menyampaikan kesimpulan, dan menutup pertemuan dengan tepuk tangan

4. EVALUASI

Evaluasi: Ibu peserta mengisi lembaran post-test.

Bahan Bacaan Modul C.4

Penyakit pada Anak

1. Tuberkulosis

Apakah Tuberkulosis (TB) Itu?

- Tuberkulosis adalah penyakit menular langsung yang disebabkan oleh kuman TB (*Mycobacterium Tuberculosis*). Sebagian besar kuman TB menyerang paru, tetapi dapat juga mengenai organ tubuh lainnya.
- Cara penularan
 - Sumber penularan adalah pasien Tuberkulosis tipe menular.
 - Pada waktu batuk atau bersin, pasien menyebarkan kuman ke udara dalam bentuk percikan dahak.
 - Ventilasi dapat mengurangi jumlah percikan, sementara sinar matahari langsung dapat membunuh kuman. Percikan dapat bertahan selama beberapa jam dalam keadaan yang gelap dan lembab.
- Fokus utama penanggulangan Tuberkulosis dengan strategi DOTS (*Directly Observed Treatment Short-course*) adalah penemuan dan penyembuhan pasien, prioritas diberikan kepada pasien Tuberkulosis tipe menular. Strategi ini akan memutuskan penularan Tuberkulosis dan dengan demikian menurunkan insidens Tuberkulosis di masyarakat. Menemukan dan menyembuhkan pasien merupakan cara terbaik dalam upaya pencegahan penularan Tuberkulosis.
- Berbeda dengan Tuberkulosis dewasa, gejala Tuberkulosis pada anak seringkali tidak khas, **gejala umum yang sering dijumpai** sebagai berikut :
 1. Penurunan berat badan dalam 2 (dua) bulan berturut-turut : berat badan dibawah garis merah atau bahkan gizi buruk (KMS).
 2. Demam lama (> 2 minggu) yang tidak diketahui penyebabnya ; bukan suatu demam tifoid dan bukan malaria.
 3. Batuk yang berlangsung > 3 minggu (batuk kronik)
 4. Pembesaran kelenjar limfe di daerah leher, ketiak atau lipat paha yang bersifat lebih dari 1 (satu), tidak nyeri, tidak panas dan teraba kenyal
 5. Perhatikan bila ada kelenjar / abses pecah menjadi seperti koreng di daerah kulit leher / wajah (**Skrofuloderma**) → dapat langsung didiagnosis Tuberkulosis.
 6. Pembengkakan tulang belakang / sendi panggul / sendi lutut / jari-jari → keluhan pincang saat berjalan; sulit berdiri dan berjalan.

Bila ditemukan salah satu *gejala / tanda bahaya* dibawah ini, segera rujuk ke Rumah Sakit :

- | | | |
|---|---|--------------------|
| 1. Kejang, kaku kuduk | } | |
| 2. Penurunan kesadaran | } | → bahaya kematian. |
| 3. Kegawatan lain, misalnya sesak nafas | } | |

- Beberapa hal penting dalam tatalaksana Tuberkulosis anak adalah:

- Obat TB diberikan dalam paduan obat tidak boleh diberikan sebagai monoterapi.
- Pemberian gizi yang adekuat.
- Mencari penyakit penyerta dan jika ada ditatalaksana secara simultan.
- Untuk menjamin kepatuhan pasien menelan obat, dilakukan pengawasan langsung oleh seorang Pengawas Menelan Obat (PMO).

Tatalaksana medikamentosa Tuberkulosis anak terdiri dari pengobatan (**terapi**) dan pencegahan (**profilaksis**). *Pengobatan* Tuberkulosis diberikan pada anak yang *sakit Tuberkulosis*, sedangkan *pencegahan* Tuberkulosis diberikan pada *anak yang kontak Tuberkulosis*.

Referensi :

1. Buku Pedoman Nasional Penanggulangan Tuberkulosis, 2007.
2. Suplemen buku Pedoman Nasional Penanggulangan Tuberkulosis yang bekerjasama dengan Unit Kerja Koordinasi Respirologi PP Ikatan Dokter Anak Indonesia, 2006

2. Demam Berdarah Dengue (DBD)

Apa itu demam berdarah?

Demam Berdarah Dengue (DBD) merupakan penyakit yang disebabkan oleh virus dan ditularkan melalui gigitan nyamuk *Aedes aegypti* dan *Aedes albopictus* serta dapat menyebabkan kematian.

Gejala demam berdarah

- Panas tinggi mendadak berlangsung 2-7 hari atau adanya riwayat demam
- Terdapat tanda-tanda pendarahan, yaitu:
 - Bintik-bintik merah di kulit seperti bekas gigitan nyamuk. Untuk membedakan dengan gigitan nyamuk adalah dengan cara merenggangkan kulit tersebut. Bila bintik merah hilang berarti bukan tanda Demam Berdarah.
 - Pendarahan di hidung (mimisan) dan pendarahan gusi
 - Muntah darah atau buang air berdarah.
- Gejala lainnya yang mungkin dijumpai adalah: anak tampak lemah, kulit muka kemerahan seperti kepiting rebus, mual, muntah dan nyeri ulu hati.
- Tanda-tanda kegawatan yaitu:
 - Muntah terus menerus.
 - Kejang.
 - Anak gelisah, suhu tubuh turun, badan berkeringat/lembab, ujung tangan dan kaki dingin.
 - Bila dijumpai tanda kegawatan tersebut segera rujuk ke rumah sakit.

Pertolongan pertama yang dapat diberikan

- Beri anak minum sebanyak-banyaknya dengan air yang sudah dimasak, seperti ASI, air susu, the, dapat juga dengan oralit.

- Berikan kompres dengan air hangat.
- Berikan obat penurun panas yang dianjurkan yaitu paracetamol, dengan dosis 10 mg/kg BB perkali, 4-6 kali/hari. Jangan beri Asetosal atau ibuprofen.
- Segera bawa ke Puskesmas atau Rumah Sakit bila dijumpai tanda-tanda kegawatan.

Bagaimana penularan DBD?

DBD ditularkan oleh gigitan nyamuk *Aedes* yang telah mengandung virus. Nyamuk ini menggigit pada pagi dan sore hari.

Dimanakah nyamuk *Aedes* berkembangbiak?

- Tempat Penampungan Air (TPA) untuk keperluan sehari-hari, seperti bak mandi/WC, drum, gentong, tempayan, dll.
- Tempat Penampungan Air bukan untuk keperluan sehari-hari seperti talang air, saluran-saluran air, kolam, tempat minum burung, vas bunga, dll.
- Tempat Penampungan Air alamiah seperti lubang-lubang pada potongan bambu/pohon, pelepah-pelepah daun, barang-barang bekas, dll.

Siapa saja yang dapat tertular?

Semua orang dapat tertular penyakit ini.

Bagaimana pencegahannya?

- Tidak ada cara yang paling efektif dalam mencegah penyakit ini selain dengan cara memberantas tempat perindukan nyamuk, yang dikenal dengan Pemberantasan Sarang Nyamuk DBD (PSN-DBD).
- Kegiatan PSN-DBD dilakukan setiap minggu secara terus-menerus,
- PSN-DBD ini dilakukan dengan cara 3M-Plus yaitu:

1. Menguras

Menguras dan menyikat tempat penampungan air, seperti bak mandi/WC, drum, dll.

2. Menutup

Menutup rapat-rapat tempat penampungan air, seperti gentong, tempayan, dll.

3. Mengubur

Mengubur atau menyingkirkan barang-barang bekas yang dapat menampung air.

Ditambah kegiatan lainnya (**Plus**)

- Mengganti air vas bunga, tempat minum burung atau tempat lainnya yang sejenis seminggu sekali.
- Memperbaiki saluran dan talang air yang tidak lancar atau rusak.
- Memelihara ikan pemakan jentik di kolam atau bak-bak penampung air.

- Menaburkan larvasida (bubuk pembunuh jentik) di tempat-tempat yang sulit dikuras atau di daerah yang sulit air.
- Menutup lubang-lubang pada potongan bambu/pohon (misalnya dengan menaburkan tanah di atas lubang-lubang tersebut).
- Memasang kawat kassa.
- Menghindari kebiasaan menggantung pakaian dalam kamar.
- Mengusahakan pencahayaan dan ventilasi ruangan yang memadai.
- Menggunakan kelambu.
- Memakai obat yang dapat mencegah gigitan nyamuk.

ANGKET KELAS IBU – BALITA

Penyakit yang Terbanyak pada Anak 3 – 5 Tahun

1. Jika anak berbulan-bulan sering batuk pilek dengan demam, berat badan kurang, dan tampak lesu ada kemungkinan anak itu menderita TBC ☐ Benar ☐ Salah
2. Kelenjar leher kiri penderita TBC biasanya membesar, kadang-kadang diikuti dengan koreng yang tidak sembuh-sembuh. ☐ Benar ☐ Salah
3. *Demam Berdarah Dengue* (DBD) merupakan penyakit yang disebabkan oleh virus dan ditularkan melalui gigitan nyamuk *Aedes aegypti* dan *Aedes albopictus* serta dapat menyebabkan kematian. ☐ Benar ☐ Salah
4. Panas *tinggi* mendadak berlangsung 2-7 hari atau adanya riwayat demam adalah salah satu tanda DBD. ☐ Benar ☐ Salah
5. Anak yang terserang DBD merasa gelisah, suhu tubuh turun, badan berkeringat/lembab, ujung tangan dan kaki dingin. ☐ Benar ☐ Salah
6. DBD ditularkan oleh nyamuk *Aedes* yang menggigit pada pagi dan sore hari. ☐ Benar ☐ Salah
7. Jika ada gejala DBD beri anak minum sebanyak-banyaknya dengan air yang sudah dimasak, seperti ASI, air susu, teh, dapat juga dengan oralit. ☐ Benar ☐ Salah
8. Nyamuk *Aedes aegypti* bersarang di Tempat Penampungan Air (TPA) untuk keperluan sehari-hari, seperti bak mandi/WC, drum, gentong, tempayan, dll ☐ Benar ☐ Salah
9. Tidak ada cara yang paling efektif dalam mencegah penyakit ini selain dengan cara memberantas tempat perindukan nyamuk, yang dikenal dengan Pemberantasan Sarang Nyamuk DBD (PSN-DBD) dengan 3M Plus: **Menguras, Menutup, Menjual** ☐ Benar ☐ Salah

MODUL C.5

Obat Pertolongan Pertama

1. TOPIK DAN ISI

Topik: Obat Pertolongan Pertama

Isi: Mendiskusikan obat-obat pertolongan pertama untuk anak yang perlu disediakan di rumah

2. TUJUAN UMUM, KHUSUS DAN MATERIAL

Tujuan Umum: Ibu dapat mengenali dan menyediakan obat pertolongan pertama untuk anak

Tujuan Khusus:

- ♦ Ibu mengenali nama, ciri-ciri dan kegunaan obat;
- ♦ Ibu dapat membuat sendiri obat pertolongan pertama sebelum anak dibawa ke dokter.

Material: Flip Chart
Buku KIA hal 38

3. PROSEDUR/METODE

Pendahuluan: Fasilitator mengucapkan salam, kemudian menjelaskan judul, tujuan umum dan tujuan khusus dari sesi ini.

- ♦ Fasilitator membagikan lembaran pre-test;
- ♦ Ibu peserta memberikan jawaban di lembaran pre test

Pengembangan:

- ♦ Fasilitator meminta ibu peserta diminta mengidentifikasi tanda-tanda anak sakit yang memerlukan pertolongan pertama sebelum dibawa ke dokter;
- ♦ Ibu peserta diminta menyebutkan nama-nama obat yang perlu disediakan di rumah;
- ♦ Ibu peserta diminta menyebutkan jenis-jenis obat membuat/meracik sendiri obat pertolongan pertama.
- ♦ Fasilitator memperagakan flip chart tentang obat-obat yang perlu disediakan di rumah untuk pertolongan pertama.

Pemeriksaan untuk Pengertian: Fasilitator memandu game Tanggap Cepat: seorang ibu peserta diminta menyebut kata panas, diare, atau luka (bebas memilih). Bila ibu pertama menyebut panas ibu di sebelahnya harus menyebut paracetamol dengan cepat. Kalau disebut luka, ibu di sebelahnya menyebut betadin atau providon iodine. Ibu yang terlambat memberi kata pancingan atau merespon harus berdiri sambil memegang kepala dan mengatakan "Aduuuuh".

Penutup: Fasilitator menyampaikan kesimpulan, dan menutup pertemuan dengan tepuk tangan

4. EVALUASI

Evaluasi: Ibu peserta mengisi lembaran post-test.

Bahan Bacaan Modul C.5

Obat Pertolongan Pertama

(yang perlu disediakan di rumah)

Apa saja obat pertolongan pertama yang perlu disediakan di rumah?

- **Povidon iodine** (betadin untuk mengobati luka)
- **Oralit** untuk mengganti cairan yang hilang karena diare
- **Parasetamol** untuk obat penurun panas

MODUL C.6

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat

4. TOPIK DAN ISI

Topik: Hidup Bersih dan Sehat

Isi: Sesi ini mendiskusikan pentingnya hidup bersih dan sehat yang ditandai dengan adanya jamban, air bersih dan kebiasaan mencuci tangan secara benar, adanya jaminan pemeliharaan kesehatan dan rumah yang bebas dari nyamuk *Aedes Aegypti*.

Sesi ini membutuhkan waktu cukup panjang apabila diselenggarakan sekaligus. Oleh sebab itu fasilitator perlu memutuskan fokus diskusi bersama peserta dengan memilih satu atau dua indikator hidup bersih dan sehat saja.

5. TUJUAN UMUM, KHUSUS DAN MATERIAL

Tujuan Umum: Ibu peserta mengetahui pentingnya hidup bersih dan sehat dengan memiliki jamban, air bersih dan kebiasaan mencuci tangan secara benar, adanya jaminan pemeliharaan kesehatan, dan rumah yang bebas dari nyamuk *Aedes Aegypti*.

Tujuan Khusus:

- ♦ Ibu peserta dapat menjelaskan akibat buruk bagi kesehatan jika tidak punya jamban;
- ♦ Ibu peserta dapat menyebutkan akibat mengkonsumsi air yang tidak bersih;
- ♦ Ibu peserta dapat menyebutkan akibat buruk jika tidak mencuci tangan.
- ♦ Ibu peserta dapat menyebutkan cara-cara mendapatkan jaminan kesehatan;
- ♦ Ibu peserta dapat menyebutkan fungsi asuransi kesehatan;
- ♦ Ibu peserta dapat menggambarkan cara-cara menggunakan jasa asuransi kesehatan untuk perawatan dan pengobatan.
- ♦ Ibu peserta dapat menyebutkan langkah-langkah pemberantasan jentik nyamuk *Aedes Aegypti*;

Material: Flip Chart dan Buku KIA

6. PROSEDUR/METODE

Pendahuluan:

- ♦ Fasilitator mengucapkan salam, kemudian menjelaskan judul, tujuan umum dan tujuan khusus dari sesi ini.
- ♦ Fasilitator membagikan lembaran pre-test;
- ♦ Ibu peserta memberikan jawaban di lembaran pre test

Pengembangan:

- ♦ Fasilitator memperagakan kepada ibu-ibu peserta flip chart (Hidup Bersih dan Sehat) yang

bergambar: 1) jamban, 2) air bersih dan cuci tangan, 3) asuransi kesehatan, dan 4) nyamuk *Aedes Aegypti*.

- ♦ Fasilitator menawarkan kepada ibu-ibu peserta gambar mana yang menurut mereka sangat perlu dibahas karena belum mengerti atau menarik. Topik diskusi ditentukan berdasarkan gambar yang dipilih. Topik-topik ditulis di kertas plano, kemudian ditelly berdasarkan jawaban yang diberikan.
- ♦ Fasilitator meminta ibu peserta yang menyatakan memilih topik karena tertarik untuk menjelaskan mengapa ia tertarik. Tanyakan juga pengalaman-pengalamannya, atau pengalaman orang lain yang ia ketahui.
- ♦ Fasilitator memberi kesempatan kepada peserta untuk lebih dulu menjawab pertanyaan peserta lain.
- ♦ Fasilitator memberikan penjelasan, koreksi dan penguatan atas jawaban peserta dengan menggunakan lembar balik dan bahan-bahan yang ada pada Buku KIA.

Pemeriksaan untuk Pengertian: Fasilitator menanyakan apakah peserta telah mengerti, atau masih mempunyai pertanyaan. Peserta yang masih mempunyai pertanyaan atau kurang mengerti dianjurkan berkonsultasi dengan bidan.

Penutup: Fasilitator menyampaikan kesimpulan, dan menutup pertemuan dengan tepuk tangan

7. EVALUASI

Evaluasi: Ibu peserta mengisi lembaran post-test.

Bahan Bacaan Modul C.6

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat

Apa Pentingnya Hidup Bersih dan Sehat?

Sehat adalah karunia Tuhan yang perlu disyukuri, karena sehat merupakan hak asasi manusia yang harus dihargai. Sehat juga investasi untuk meningkatkan produktivitas kerja guna meningkatkan kesejahteraan keluarga. Orang bijak mengatakan bahwa "Sehat memang bukan segalanya tetapi tanpa kesehatan segalanya menjadi tidak berarti". Karena itu kesehatan perlu dijaga, dipelihara dan ditingkatkan oleh setiap anggota rumah tangga serta diperjuangkan oleh semua pihak.

Oleh karena itu pada tanggal 1 Maret 1999 Presiden RI mencanangkan pembangunan nasional berwawasan kesehatan yang artinya setiap sektor harus mempertimbangkan dampak pembangunan terhadap kesehatan

Kondisi sehat dapat dicapai dengan mengubah perilaku dari yang tidak sehat menjadi perilaku sehat dan menciptakan lingkungan sehat di rumah tangga

Rumah tangga berperilaku hidup bersih dan sehat dapat terwujud apabila ada keinginan, kemauan masyarakat dan didukung oleh kemampuan para pengambil keputusan dan lintas sektor terkait menjadikan hidup bersih dan sehat sebagai program prioritas dan menjadi salah satu agenda pembangunan di Kabupaten/Kota.

Untuk Apa Hidup Bersih dan Sehat?

1. Setiap rumah tangga meningkat kesehatannya dan tidak mudah sakit.
2. Rumah tangga sehat dapat meningkat produktivitas kerja anggota keluarga
3. Dengan meningkatnya kesehatan anggota rumah tangga maka biaya yang tadinya dialokasikan untuk kesehatan dapat dialihkan untuk biaya investasi seperti biaya pendidikan dan usaha lain yang dapat meningkatkan kesejahteraan anggota rumah tangga
4. Salah satu indikator menilai keberhasilan Pemerintah Daerah Kabupaten /Kota dibidang kesehatan
5. Meningkatnya citra pemerintah daerah dalam bidang kesehatan Dapat menjadi percontohan rumah tangga sehat bagi daerah lain.

Bagaimana Menilai Bersih-Sehat atau Tidaknya Hidup Kita?

Gunakan indikator PHBS yang terdiri dari 6 indikator perilaku dan 4 indikator lingkungan, sebagai berikut :

- a. Ibu bersalin ditolong oleh tenaga kesehatan
- b. Ibu hanya memberikan ASI kepada bayinya sampai usia 6 bulan

- c. Keluarga mempunyai Jaminan Pemeliharaan Kesehatan (JPKM)
- d. Anggota keluarga tidak merokok
- e. Olah raga atau melakukan aktivitas fisik secara teratur
- f. Makan dengan menu gizi seimbang (makan sayur dan buah setiap hari)
- g. Tersedia air bersih
- h. Tersedia Jamban
- i. Kesesuaian luas lantai dengan jumlah penghuni
- j. Lantai rumah bukan dari tanah

ANGKET KELAS IBU – BALITA **Perilaku Hidup Bersih dan Sehat**

- | | | | | |
|---|--------------------------|-------|--------------------------|-------|
| 1. Agar sehat ibu bersalin harus ditolong oleh tenaga kesehatan | ☐ | Benar | ☐ | Salah |
| 2. Ibu hanya memberikan ASI kepada bayinya sampai usia 3 bulan | ☐ | Benar | ☐ | Salah |
| 3. Keluarga tidak perlu mempunyai asuransi kesehatan | ☐ | Benar | ☐ | Salah |
| 4. Anggota keluarga boleh saja merokok | ☐ | Benar | ☐ | Salah |
| 5. Kita perlu olah raga atau melakukan aktivitas fisik secara teratur | ☐ | Benar | ☐ | Salah |
| 6. Kita perlu sayur dan buah setiap hari | ☐ | Benar | ☐ | Salah |
| 7. Jamban harus tersedia | ☐ | Benar | ☐ | Salah |
| 8. Luas lantai rumah harus disesuaikan dengan jumlah penghuni | ☐ | Benar | ☐ | Salah |
| 9. Lantai rumah boleh dari tanah | ☐ | Benar | ☐ | Salah |

PENUTUP

Demikianlah materi, strategi dan teknik penyampaian materi Kelas Ibu-Balita. Modul ini memang merupakan acuan teknis bagi fasilitator untuk menyelenggarakan Kelas Ibu-Balita. Namun, sebagaimana halnya prinsip modul secara umum, modul ini tidak boleh menjadi penghalang bagi fasilitator mengembangkan kreativitasnya, sepanjang masih dapat dipertanggungjawabkan. Materi yang disajikan hanyalah sebagai referensi pendukung bagi fasilitator, diharapkan dapat menambah dengan bacaan lain sesuai perkembangan ilmu kesehatan.

